

Ciro Marcondes Filho

Perca tempo



É no lento que a vida acontece



Ciro Marcondes Filho

Perca tempo

É no lento que a vida acontece



Índice

- [1. O dia em que começamos a nos tornar máquinas neuróticas](#)
 - [2. Sobre o caráter blindado](#)
 - [3. Olhar o mundo e não ver nada](#)
 - [4. Pele que virou paquiderme](#)
 - [5. Sons do agito e o ensurdecimento do outro](#)
 - [6. Uma vida maquínica não nos permite perder tempo](#)
 - [7. O desespero do nada-poder-fazer](#)
 - [8. O dia em que as máquinas pararam: a revelação](#)
 - [9. Morte é vida, vida é morte](#)
 - [10. Uma profunda revolução social, lenta e silenciosa](#)
- [Sugestões de leitura](#)

1

No momento em que o homem desenvolve um aparelho que marca com precisão a hora, os minutos e os segundos, nesse exato momento toda a vida das pessoas vai se transformar.

O DIA EM QUE COMEÇAMOS A NOS TORNAR MÁQUINAS NEURÓTICAS

A coisa não veio de repente, como para Gregório, que ao acordar descobriu que havia se transformado numa barata. Não. Começamos a nos tornar máquinas neuróticas aos poucos, em doses regulares, medidas, devidamente administradas pela nossa cultura. A cultura nos fez neuróticos, mas, veja bem, a cultura somos nós mesmos, é nosso ambiente, é nossa casa, nossa escola, nosso trabalho...

O processo pelo qual se fabricam seres e máquinas neuróticas em cada um de nós pode ser muito bem comparado ao processo pelo qual toda a civilização humana tornou-se, ela também, um grande sistema de fabricação de seres mecanizados. O desenvolvimento de nossa vida – que começa no momento em que nascemos, que continua quando crescemos, vamos à escola, iniciamos nossa vida profissional, constituímos família e que termina quando morremos –, pode ser visto numa correspondência direta com a história de nossa própria civilização. Houve um momento da história de nossa vida no planeta que éramos “crianças”, que não estávamos tão envolvidos com as máquinas e nos relacionávamos com o mundo de forma mais “direta”.

Depois, com o início do desenvolvimento da ciência e da técnica, há cerca de quinhentos anos, passamos a organizar nosso comportamento e nossa vida, assim como nosso relacionamento

com os outros, segundo o modo de agir das máquinas. Deixamos de ser homo sapiens, isto é, homens e mulheres inteligentes, prudentes, sábios, e nos tornamos homo machinalis (ou, pelo menos, aspiramos isso).

Isso tudo teve conseqüências notórias em nossa civilização. Pelo fato de não sermos, de fato, máquinas, de não sermos constituídos de mecanismos, roldanas, molas, correias, engrenagens, parafusos e porcas; pelo fato de sermos seres dotados de um corpo que não tem a resistência, a rigidez, a estabilidade, a imperturbabilidade e a força dos aparelhos, mas, acima de tudo, pelo fato de pensarmos sobre tudo o que fazemos e de isso repercutir de volta sobre nosso corpo, somos mais frágeis e instáveis que as máquinas. Nossa mente é um território desconhecido, produz reações inesperadas, segrega humores que desajustam nossa “máquina”, trava órgãos e movimentos, em suma, somos máquinas imperfeitas. Máquinas que pensam e isso é muito ruim para o funcionamento das máquinas.

A máquina é nosso modelo, nosso ideal, nosso sonho. Acariciamos o volante de um carro potente como se fosse o corpo de uma pessoa desejada. Entregamo-nos ao computador porque ele faz o milagre da transmissão a distância, porque ele nos traz imagens rápidas, porque ele nos abre para mundos novos. Emocionamo-nos com o fato de o telefone celular nos trazer imagens, com o fato de a câmera digital nos dar uma fotografia instantânea, modelável, apagável, o quanto quisermos... Enfeitiçamo-nos com as máquinas porque nós não somos nada disso.

Temos a ilusão que as máquinas não envelhecem, que basta trocar uma peça que ela já está outra vez novinha e adoráramos que nosso corpo fosse também assim, permanentemente renovável, moderno, forte, potente; em suma, eternamente jovem.

Mas não somos assim e cada vez que temos que lembrar isso caímos em depressão. O tempo devora nosso corpo e nossa vida, cada dia que passa nossa máquina se desgasta mais e um dia ela terá que virar sucata.

O fato é que estamos absolutamente contaminados por esse pensamento, por essa ilusão maquínica, e somos o tempo todo

bombardeados com mensagens que nos estimulam esse tipo de visão de mundo. Parece que não há outro. Ou você se torna uma máquina ou não tem saída. Para isso há as academias que são especialistas em fazer as aparas necessárias em seu corpo, para lubrificar aqui e ali, dar uma nova cor na carroceria, enrijecer um pouco os assentos, polir o visual, recolorir os pneus esbranquiçados. Para isso há a profusão de clínicas estéticas para aumentar os seios, enrijecer e arredondar a bunda, para aumentar a potência sexual. O problema é que esse mundo, que não passa de uma maneira de ver o mundo e a sociedade, transmite a impressão de que é o único mundo, de que afora ele só há o deserto.

Mas não é bem assim. Há outros mundos, há outras formas de viver, há uma fuga possível dessa maratona de desempenho, produtividade, rendimento, eficácia, competitividade, resultados em que transformaram a vida de quase todas as pessoas neste planeta.

Voltando à questão inicial, quando começou todo esse pesadelo? Do ponto de vista de cada um de nós, pode-se dizer que não nascemos assim. Um bebê ou uma criança pequena não tem compromissos com horários, tarefas e agendas. Brinca na hora que quer, deseja comer doces em horários impossíveis, se diverte o mais que pode, em suma, tem uma vida voltada ao lúdico, aos jogos, às traquinagens, às aprontações, a tudo aquilo que é permitido e proibido, ao que se deve e ao que não se deve fazer. Só tem compromissos com a hora de dormir e de comer, e mesmo assim faz birra.

É na escola que começa a longa introdução dos pequenos seres ao mundo da racionalidade do tempo e da obrigação. É na escola que a criança aprende que o exercício tem de ser feito em 15 minutos, que a lição tem de ser entregue no dia seguinte. Ela aprende a competir com os colegas para ver quem faz mais rápido, quem ganha o prêmio de velocidade na resolução do problema, quem é mais ágil. Na escola, a educação para o desempenho e a eficiência realiza-se nas tarefas, nos exercícios físicos, na competição entre os grupos, nas gincanas entre estudantes. A escola é um trailer para a vida lá fora, é a primeira experiência de já

não enxergar o coleguinha como um companheiro, mas como um possível “inimigo”, que deve ser abatido.

Mas não precisaria ser assim, naturalmente. O oposto do individualismo do “cada um para si”, frase perversa do estímulo à agressividade, à violência, ao desprezo do outro, é a forma comunitária de produção de um trabalho, a forma solidária de aprendizagem comum, os exercícios de solicitude, préstimo, atenção, porém, em geral, nada disso é praticado, pois os próprios professores, também resultado dessa educação para a competitividade (leia-se: para a exclusão do outro), são geralmente inconscientes daquilo que eles estão dinamizando nos alunos. Por isso, a “máquina escolar” parece funcionar automaticamente, com um sistema autônomo, sem piloto, em que não é preciso nenhuma recomendação, nenhuma instrução para que os professores atuem dessa maneira: isso já ocorre espontaneamente.

Assim somos todos adestrados para a chamada “vida profissional”, para uma selva em que deveremos lutar como animais ameaçados de extinção, para um ambiente de trabalho em que aquele que se senta a nosso lado é um possível inimigo, alguém que mesmo sendo simpático agora poderá numa oportunidade favorável tomar nosso posto, alguém cujo trabalho poderá agradar mais ao chefe, isto é, não mais como um colega, mas como nosso caçador. E o medo se espalha de tal forma que acabaremos puxando o tapete dele, mesmo que ele não nos tenha feito nada, apenas levados pela fantasia de que ele faça o mesmo.

Do ponto de vista da humanidade como um todo, tudo isso começou quando os homens passaram a se guiar pelo cronômetro e a questão do “ganhar tempo” passou a funcionar como a máxima da sociedade maquínica em que vivemos. Na Antigüidade, os homens e as mulheres não estavam preocupados com os minutos e os segundos. Naturalmente, algo desse comportamento já existia na medida em que a prática de não viver o presente – mas ficar pensando no futuro, o tempo todo só projetando para um tempo mais adiante o prazer, o descanso, a felicidade, a paz – é conhecida desde o passado remoto. Na época de Cristo, isso já existia, mas como um comportamento bizarro, estranho àquele mundo em que a

riqueza e o poder dificilmente poderiam chegar ao cidadão comum da sociedade.

Na era cristã, no período entre os séculos IV e XV, a vida já não se concentrava em algumas cidades importantes, portos e centros de comércio como na Antigüidade. A sociedade nessa época se desagregava e passava a se organizar em grandes e médias propriedades rurais, sob o domínio de um senhor de terras. A vida econômica era marcada pela agricultura e o trabalho regia-se pela duração do dia e pelas estações do ano. Plantio e colheita ocorriam nas épocas favoráveis e estocavam-se alimentos para os períodos de inverno, quando não era possível a lavoura.

Homens e mulheres organizavam seu cotidiano segundo a lógica da natureza e, de certa maneira, a formação de um casal, sua reprodução e a sucessão de gerações sintonizavam-se no tempo como o próprio movimento do plantio e colheita, com o cultivo e a coleta de frutas, com a época favorável dos cardumes nos rios, da procriação do gado e dos alimentos vindos da criação animal. Essa sincronia com a natureza e seu movimento de plantio, colheita e replantio marcava uma certa lentidão da vida social, um ritmo compassado repetitivo e que sugeria a idéia do eterno.

A própria noção do eterno é estimulada pela Igreja ao construir nas comunidades rurais imensos palácios de concreto em homenagem ao Senhor e cuja duração se pretendia para toda a eternidade. Também os romanos e os egípcios no passado remoto faziam construções que se pretendiam eternas, a exemplo das pirâmides do Egito e da mumificação de faraós, cujos corpos deveria ser mantidos para o dia do renascimento.

Pois assim pensava a humanidade no passado. Seu tempo era o tempo da eternidade, em que para frente, no futuro, estendia-se uma linha interminável, assim como era a linha para trás, no passado, igualmente infinita. E a presença de cada um na terra não passava, para essas pessoas, de um fragmento ínfimo, mínimo, um “pst!”, que já passou. Portanto, não havia a consciência do tempo como uma coisa elástica, moldável, que se poderia aumentar ou diminuir.

Toda a sociedade passou por uma violenta transformação quando o homem inventou o cronômetro. No passado havia o relógio de sol, que ainda hoje se pode ver em algumas casas, com uma agulha espetada na parede externa funcionando como um ponteiro, em que o sol batendo nessa agulha vai projetando a sombra dela para um mostrador que indica a hora. Mas no momento em que o homem desenvolve um aparelho que marca com precisão a hora, os minutos e os segundos, toda a vida das pessoas se transforma: o mundo regido pelos movimentos celestes (o sol, a lua, as estações, o dia e a noite) será substituído pelo mundo regido pelos ponteiros do relógio.

A descoberta do cronômetro vai marcar o domínio do tempo abstrato sobre o tempo concreto da experiência. E o que vem a ser isso? O meu tempo interno, o tempo que eu demoro para ler um livro, para escrever uma carta, para assistir a uma aula é um tempo que tem que ver com meu prazer ou minha chateação. Se o livro, a aula, a carta forem chatos, o tempo não passa, dura uma eternidade, se arrasta. Agora, uma aula, por exemplo, pode demorar uma vida para passar ou, então, mal começar já estar terminando. Diz-se que “a aula voou”. Mas para todos os efeitos ela durou 45 minutos.

Temos aí, então, dois tipos de tempo. O tempo do relógio, chamado tempo abstrato, que é igual para todos, e o tempo que a aula durou para mim, que pode ter sido “rapidíssimo” ou “interminável”. Como se vê, um tempo, o abstrato, pode ser transformado em minutos, enquanto o outro, o concreto, não pode, não dá para medir, só dá para sentir.

Depois que os homens inventaram o cronômetro, aquele tempo concreto que os homens demoravam para arar a terra, para comer ou para fazer amor, esse mesmo tempo concreto passou a ser então contado, cronometrado. Os proprietários de terras e, depois, os donos das indústrias determinam que o operário não pode mais construir uma parede no tempo que quiser. Se estatisticamente cada operário pode fazer a argamassa, assentar um tijolo e terminar uma parede em três horas, nenhum outro poderá fazê-la em três horas e meia, quatro horas ou mais. O trabalho humano passa a ter que

funcionar como o de uma máquina. Aqui começamos a nos tornar seres maquínicos.

E nessa estamos. Individualmente, cada um aprendeu na escola, por meio da competição, da pressa, da cobrança por rendimento, desde pequeno, a se comportar como uma pequena máquina de produção. Aprendemos as ciências, as línguas, o conhecimento histórico e geográfico, e com todos os exercícios fomos ensinados a ganhar a vida, mas não aprendemos, de fato, como viver melhor. Na história da humanidade, a partir de certo momento, a produção social passou a ser organizada segundo o ritmo do relógio. O mundo passou a funcionar numa cadência abstrata, mecânica, estranha às pessoas, e estas enfiam na gaveta suas vivências concretas. As duas situações, a de cada um de nós individualmente e a da humanidade como um todo, são complementares e se equivalem. Ambas atendem às necessidades dos industriais, das empresas agrícolas, da economia do país no sentido de aumentar a produção, de vender mais, de ser mais agressiva no mercado interno e externo, em suma, de brigar para se impor.

É muito comum o fato de que para se estabelecer, para se impor, para “vencer”, o capitalista, o empresário, o tecnocrata, o empreendedor use agressividade, dureza, violência, brutalidade, hostilidade, perversidade, desrespeito. O livro Fausto, do escritor alemão Goethe, comenta como o empreendedor tem de passar por cima de todos, tem de “vender sua alma”, tem de abrir mão de tudo o que tinha de sensibilidade e de civilidade para impor-se. E quando pára, morre.

Mas seria esse nosso único e indesviável destino? Essa compulsão ao trabalho, ao rendimento, à produtividade, essa obrigatoriedade de nos maquinizarmos, o abandono daquilo que nos faz diferentes das máquinas, dos aparelhos e dos sistemas, é essa a única via possível? Mas com ela pagamos o preço de nossa vida, pois não se pode viver, não se pode ter prazer, não se pode ter sensibilidade para a pessoa amada, não se pode apreciar o mundo e tudo que ele tem de bom, pois estamos, como seres maquínicos, proibidos disso tudo.

Daí a pergunta inevitável: se a única obsessão é seguir as regras do jogo, regras de disciplina e de submissão, e se o preço é a própria vida, então não nos resta mais nada a perder, já que não fazemos outra coisa senão perder, perder tudo. Então convém agora aprender a perder. Vamos perder aquilo que nos escraviza: o tempo. Trata-se de agora em diante, e para o resto de nossas vidas, de iniciar uma nova ética: a de perder tempo. Perder tempo para ganhar a vida. Você me acompanha?

2

E, um dia, ao nos despedirmos de nossa mãe ou de nosso pai que veio nos visitar, ou de ambos, percebemos que estamos nos desgarrando definitivamente deles.

SOBRE O CARÁTER BLINDADO

É estranho a gente imaginar uma pessoa blindada. Em geral, blindam-se automóveis, caixas eletrônicos, instalações de segurança, casas. Mas como pode uma blindagem ser feita num indivíduo? Ou ainda, o que tem que ver a tal da blindagem com o tema “perca tempo” e as ansiedades da vida contemporânea?

A palavra blindagem vem do termo alemão blenden, que é o ato de alguém jogar um foco de luz, um brilho diretamente no olho da gente, de tal forma que nos prejudique a visão, nos ofusque, nos cegue. Mas também quer dizer revestir de chapas de aço, couraçar. Um corpo blindado é um corpo encouraçado, como nos animais, que são cobertos de couro para proteger as costas e o peito.

Seres humanos não nascem encouraçados, mas adquirem essa espécie de escudo psicológico na vida que se transforma também em escudo e rigidez muscular. O filósofo Henri Bergson dizia que quando estamos em sociedade usamos uma crosta, um tipo de armadura social, e que, ao fazermos isso, nos tornamos autômatos e abdicamos de nossa liberdade. Por exemplo, quando amigos nos dão conselhos, estes ficam na superfície de nós, recobrimo nossos sentimentos pessoais.

Trata-se de uma couraça, que, segundo o psiquiatra alemão Wilhelm Reich, corresponde a um bloqueio dos impulsos emocionais e sensoriais: não sentimos nada do mundo exterior, nada nos toca. Tornamo-nos, assim, como as tartarugas, que possuem uma forte carcaça externa protegendo um corpo frágil; ou como o caracol, a

lagosta, que possuem uma espécie de caixa protetora que os defende contra as agressividades do mundo. A diferença é que, enquanto os animais possuem esse escudo natural para não serem devorados por outros animais, nós criamos nossos próprios escudos para não vivermos verdadeiramente.

Como nos animais, há, em nós, atrás desse escudo, um ser frágil, sem defesas, recolhido em si mesmo, temeroso diante do mundo. O psiquiatra dizia que a couraça psicológica reúne, nas pessoas, a soma total das forças defensivas repressoras; são defesas persistentes e difíceis de erradicar, visto que a pessoa normalmente se esquia atrás delas diante de situações constrangedoras, inibidoras, ameaçadoras. E que para dissolver essa carcaça seria preciso que fosse feito um trabalho de recuperação, cultivo, desdobramento das emoções, como prazer, raiva, ansiedade.

Mas como chegamos até esse ponto? Como construímos em torno de nós esse escudo psicológico? Será que estamos assim inteiramente fechados ao mundo ou o fechamento é parcial?

Para tentar responder a essas perguntas é preciso que a gente saiba um pouco como funciona nossa mente. Os psiquiatras têm informações esclarecedoras a esse respeito, mas apelam geralmente para termos técnicos de difícil compreensão para os leigos. Não pretendemos, tampouco, trazer complexas teorias que dificultariam o entendimento e nem sempre se adaptam ao nosso tema. Vamos, portanto, nos restringir ao essencial.

No momento de nascer, o organismo emerge de um lugar relativamente tranqüilo para entrar num estado de forte estimulação com um mínimo de proteção diante dos estímulos. Esse estado de afogamento pela excitação, sem o adequado aparato de defesa, é o que constitui, para Freud, o modelo de toda angústia posterior.

Essa frase, do psiquiatra Otto Fenichel, diz que nossas angústias começam quando nascemos. É possível. Mas isso não explica por que as guardamos ou as reforçamos por toda a nossa vida. Como vimos no primeiro capítulo, nós nem sempre fomos assim, nem na nossa infância como pessoas, nem na infância da humanidade. Isso significa que diante dos tais “estímulos externos”, aquela primeira

sensação de angústia pode não ter se repetido e, em nossas brincadeiras, na nossa irresponsabilidade infantil, os tenhamos facilmente absorvido e realizado nossas emoções, nossas manifestações de carinho e de amor. Numa criança pequena ainda se vêem sinais de afeto, de uma certa candura, de emoções espontâneas, de sentimentos vivos, de ternura que são raramente reconhecíveis nos adultos.

É que a partir de um certo momento, esse serzinho começa a endurecer. As crianças que vivem desde cedo a necessidade de trabalhar, de ajudar na casa, de assumir responsabilidades vivenciam precocemente essa passagem. Outras, crescidas em lares mais confortáveis, adiam essa passagem mais para frente, mas acabam tendo que endurecer para a vida. E isso parece ser uma passagem inevitável e irreversível.

Fazer o ingresso na chamada “vida” (usada nas expressões como “lutar pela vida”, “a vida é dura”, “ganhar a vida”) é o mesmo que assumir na consciência o fato de que a partir de certo momento já não haverá mais pais para ajudar, nem tios, nem outros parentes, e que o que a gente vai ser irá depender somente de nós mesmos. Esse momento chega para as pessoas diferentemente, mas coincide, em geral, com a crise da adolescência, que, na verdade, é uma crise de identidade, na qual ele ou ela se pergunta quem é de fato, o que pretende ser, que vida espera levar.

Esse é um momento decisivo, todos passamos por ele, mas nem todos temos a retaguarda necessária para agüentar o baque. Na verdade, essa retaguarda, se foi construída, o foi bem lá atrás, na remota infância, e se ela está sólida é porque na casa havia uma família constituída, havia responsabilidade dos pais, havia uma estabilidade emocional que foi repassada à criança.

O fato de nos tornarmos mais rígidos é uma reação comum, mas não obrigatória. Encarar a vida de frente significa inicialmente que, a partir de certo momento, ficou claro que nossa vida depende de nós, apenas de nós, de mais ninguém. Essa é uma constatação decisiva na nossa vida. Há certo momento que vamos morar sozinhos, que exigimos nossa liberdade, que preferimos viver sem grana a ficar na casa dos pais. E, um dia, ao nos despedirmos da mãe ou do pai que

veio nos visitar, ou de ambos, percebemos que estamos nos desgarrando definitivamente deles. Um momento em que sentimos na carne o que significa a expressão “estarmos atirados no mundo”, termos sido – apesar do cuidado paterno – jogados nessa arena de luta que é a vida. O cordão umbilical se rompe, agora emocionalmente, e pela última vez.

Ao sermos atirados no mundo, nossa reação primeira é de medo, preocupação, angústia. Como no caso do bebê, estamos afogados na excitação e sem defesa. Mas não nos é dada outra opção, não há como dizer não. Então, aos trancos e barrancos, vamos procurando resolver as questões básicas: trabalho, moradia, companhia na vida. E começamos pela última. A busca de alguém para fazer essa travessia com a gente é uma forma de substituir o pai e a mãe que ficaram lá atrás. O jovem sai em busca de uma mulher que tenha as virtudes da mãe, mas os dotes físicos da modelo, que se encaixe em suas fantasias de prazer, mas que seja responsável; a jovem procurará alguém que a acolha como o fez o pai, mas que não a deixe. Importa mais reencontrar a ternura de uma época bem antiga do que uma vida para o exclusivo prazer físico.

Mas nem sempre encontramos uma pessoa. Em muitos casos ficamos sozinhos, ou preferimos voltar a ficar sozinhos. Pois foi sozinhos que encaramos a luta pela vida, o desafio de sobreviver numa sociedade competitiva, agressiva, truculenta. Também isso reforça nossa rigidez. Nessa batalha pela sobrevivência financeira, emocional, psíquica, distanciamos-nos daquilo que foi, um dia, a sensação de serenidade, tranquilidade, paz.

É diferente como cada um encara esse enrijecimento do ego. Nos homens, isso é inicialmente mais forte, pois a eles é atribuída socialmente a responsabilidade de manter uma casa, uma família, e sua insegurança revela-se exatamente na rigidez de sua carcaça: quanto mais maciço o escudo, mais indefeso é o organismo lá dentro. Além do mais, o homem sofre de um agravante, que é sua insegurança sexual. Diferentemente da mulher, por motivos psíquicos que não vêm ao caso desdobrar aqui, o homem precisa continuamente da confirmação de sua sexualidade, enquanto a

mulher tem outras necessidades, menos restritas ao prazer com o parceiro.

Já a mulher, dispensada desse peso, encontra-se mais livre para seus devaneios e pode adiar seu próprio enrijecimento social. Elas gozam por um tempo muito mais longo esse seu período de relativa irresponsabilidade até fixarem-se num casamento ou numa família. Em compensação, desenvolve-se nelas, a partir da idade madura, uma tendência viril que delas tolhe aquele resíduo de delicadeza, sensibilidade e diferença que as distinguia dos homens. O escritor Stendhal comentava que muitas vezes, ao encontrar depois de muitos anos uma mulher que ele conhecera quando solteira, ele ficava impressionado com a banalidade de seu caráter, com a insignificância de sua vida. Inverte-se a situação no topo da maturidade, pois à mulher, na idade madura, apresentam-se muito menores chances de conquistar novos espaços de liberdade e realização.

É diferente também a maneira como esse enrijecimento se dá ou não em diferentes classes, tipos humanos ou sensibilidades. Há pessoas que enfrentam essas crises de vida de forma menos traumática que outras, que encontram soluções menos castradoras ou então descobrem espaços na vida onde mantêm vivas as emoções e podem alimentar sua própria emotividade, seus sentimentos em relação ao outro, sua capacidade de sentir a dor do outro como se fosse esse outro. Alguns artistas, escritores, poetas dispõem desse “capital excedente” de sensibilidade, que lhes garante a preservação de certa distância em relação aos desafios da vida.

Mas não podemos nos ater às exceções. Todos podem chegar lá, ou melhor, voltar para lá, como falamos no capítulo anterior; trata-se apenas da capacidade de remover a blindagem, de desparafusar as peças da armadura, de ir lentamente dissolvendo essa capa que criamos para nos proteger do mundo e que acabou por nos excluir do mundo.

Convém relativizar a questão da couraça, quer dizer, temos couraça para algumas funções, mas não a temos sempre, contra tudo e contra todos. Isso porque em algumas circunstâncias nos

fechamos ao mundo, reprimimos o que sentimos, voltamos as agressões para dentro de nosso corpo, devorando-nos a nós mesmos em gastrites, úlceras, cânceres. Outras vezes, ao contrário, o exterior bate de frente conosco, nos agride, nos transtorna, nos cobra uma resposta. Tornamo-nos violentos reativamente, ou seja, diante de uma agressão que sofremos na rua, no trânsito, no local de trabalho, tendemos a querer revidar na mesma moeda, xingar, atacar, provocar no outro o mesmo mal-estar que sentimos.

Assim, nosso comportamento social funciona como uma válvula, um mecanismo que abre e fecha segundo as conveniências. As emoções que nos fragilizam, que nos desarmam, que expõem o lado mais humano de nosso ser, que nos fazem ser solidários com o outro, acolhê-lo em nosso peito, sofrer junto, ou as que sentimos por nós mesmos, nossas simpatias, nossos afetos, nossas paixões revelam um lado desguarnecido de nós e, portanto, vulnerável, ponto fraco de nossas resistências, que precisa ser resguardado. Somos normalmente imaturos para elas, não sabemos como cuidar delas, sofremos o risco de nos perdermos nelas e essa sensação de insegurança nos faz fechar o dispositivo. O bloqueio é a forma mais fácil e oportuna para evitar o sofrimento. Simplesmente travamos o sistema emotivo, fechamos a sensibilidade, cercamos nossa vida afetiva com correntes para nos pouparmos da dor e, geralmente, poupamos de nós também a vida, o prazer de viver.

Mas deixamos aberto o dispositivo de reação ao mundo. Não deixamos entrar aquilo que nos comove, porém absorvemos do mundo as agressões externas, ferimo-nos com os atos que nos são desferidos e tentamos rebatê-los de volta, não sem ter sofrido igualmente o desgaste emocional da agressão, a mágoa de termos deixado um flanco descoberto, de termos “fraquejado”.

Em suma, a vida em sociedade, todos os percalços por que passamos para viver, para amar, para produzir algo de bom, interessante, compensador, tudo isso está sujeito a contínuos apelos externos que procuram nos desestabilizar. Mas confundimos tudo com desestabilização negativa, perversa, maligna; todos os movimentos do mundo – em vista de nosso hábito adquirido de

convivência – são traduzidos por nosso psiquismo como tentativas de destruição.

Com isso nos desacostumamos da capacidade de distinguir as irritações positivas, quer dizer, as provocações que o mundo nos faz para sairmos do casulo, para quebrarmos a casca, para recuperar a capacidade de sentir o mundo sem medo de nos ferir. Muitos filósofos acabam chegando a essa constatação quando velhos, quando pouco lhes resta para alterar a vida, quando a capacidade de sentir o mundo já não lhes permite mais muita contaminação social com suas idéias. Mesmo assim escreveram livros para repassar o que aprenderam no fim da vida.

Mas por que temos de esperar o fim da vida? Por que precisamos desperdiçar décadas de vivências mal-vividas, por que temos de ignorar os outros, desconsiderar sua presença e recusar nossa própria sensibilidade, por que temos de fazer a longa trajetória se há caminhos muito mais curtos?

Isso se dá, caro leitor, por que não temos a mínima idéia do que significa comunicar. Achamos que comunicar é apenas conversar com o outro, mandar cartas, e-mails, telefonar. Jamais nos perguntamos se nesses atos de procurar o outro nós nos mostramos mesmo ou apenas apresentamos nossa armadura. Ao que tudo indica, a sociedade é composta, em quase todos os ambientes, de figuras blindadas com máscaras humanas, figuras essas que se cumprimentam, sorriem, repetem frases viciadas e sempre as mesmas, frases que ouvem na televisão, nas propagandas, mas jamais se mostram.

Às vezes demoramos muito tempo para conseguir transmitir alguma coisa a determinada pessoa. Há casais em que o marido ou a mulher falam, na terapia, que estão tentando há cinco, dez, vinte anos falar com a outra pessoa, mas esta não lhe entende. Ou não quer entender. Porque não o ouve, assim como não o vê, assim como não o sente. Passamos uma vida inteira com uma pessoa do lado, mas podemos não tê-la ouvido jamais, não tê-la de fato visto jamais. Porque nunca de fato olhamos para ela. Construimos dentro de nós um padrão, um clichê dessa pessoa para nós; daí em diante, só funciona esse clichê, a pessoa não existe mais. Ela pode falar,

gritar, espernear ao nosso lado que não a vemos, que não a sentimos. Ela se perdeu em algum fundo atrás do clichê que lhe pusemos.

Essa é uma forma de blindagem: não vemos o outro, pois vê-lo nos cegaria, nos irritaria a vista, nos incomodaria sobremaneira. Por isso, preferimos isolá-lo. A pessoa, mesmo viva, deixa de existir, ela morre dentro da gente e aquele ser que está ao nosso lado torna-se apenas um espectro, uma sombra inofensiva do outro. Mas, efetivamente, o morto somos nós, pois travamos nossa relação com o mundo e sem relação com o mundo não há vida. Todos os seres só se tornam mais desenvolvidos, alcançam níveis maiores de complexidade, entram numa escala mais avançada se têm a condição de incorporar o “ruído” externo, quer dizer, as influências exteriores e trabalhá-las positivamente. Em princípio, caro leitor, o planeta tem muito mais mortos do que se imagina. Não aqueles mortos que “assombram a consciência dos vivos”, como dizia Marx, mas de mortos-vivos. No entanto, ainda há alguns sobreviventes. E, dessa curiosa forma de mortalidade, há chances de retornar à vida. Há uma vida antes da morte, mas é preciso querer vivê-la.

3

As pessoas vivem num mundo de sonhos, maluco, elas olham, mas não vêem nada. Estamos todos em transe, estamos mortos por dentro.

OLHAR O MUNDO E NÃO VER NADA

A visão é um dos sentidos mais maravilhosos de que dispomos. Através dela podemos distinguir a luz do dia, a alvorada e o crepúsculo, o arco-íris, a luminosidade e o brilho, a transparência e a opacidade, as luzes da cidade, os fogos de artifício, as tochas, as lanternas e os faróis, o espectro luminoso, a holografia, os raios laser, as paisagens, os espetáculos, as telas, os filmes, as imagens de TV, as formas das coisas. É pela visão que nos vemos no espelho, que distinguimos as cores, o brilho, o cintilar das velas, é pela visão que somos olhados, que vemos os olhos da pessoa que amamos, as expressões de alegria, tristeza, dor e reconhecimento dos entes que nos são próximos.

Nos últimos tempos, a visão tornou-se o sentido dominante em todos nós. Mais de setenta por cento daquilo que apreendemos do mundo, o fazemos pelos olhos. Temos, naturalmente, ainda a audição, o tato, o paladar e o olfato, porém a visão é o sentido mais usado de todos, a ponto de os programas de televisão não darem quase nenhuma importância ao som e este ser renegado a uma função menor, pouco significativa, auxiliar da visão.

Trata-se de fenômeno dos últimos tempos porque antes da descoberta da fotografia, há pouco menos de 200 anos, a visão ou a imagem não tinham muita importância. Poucos eram os que poderiam contratar um pintor para fazer seu retrato e, mesmo estes, da forma como nós os conhecemos, só existem há pouco mais de 500 anos. Ninguém se preocupava com a imagem no passado

remoto, no início das civilizações. As coisas que víamos eram tidas como aparências ilusórias, muito distante do que seriam as “verdadeiras coisas”. Era importante a voz, o discurso, o que os chefes religiosos e políticos falavam, e o mundo chegava às pessoas pela voz: voz do chefe, voz do patriarca, voz do líder da família. E as coisas escritas só chegavam a poucos, apenas àqueles que sabiam ler, que eram uma minoria privilegiada.

Por isso, a fotografia foi uma revolução na sociedade. Agora, as pessoas já podem fixar sua imagem num papel; agora, tudo isso pode ser democratizado. E da fotografia nasce o filme, que não é mais do que uma série de fotos juntadas umas após outras formando uma sequência, que iluminadas por um projetor dão a impressão de movimento; e do filme vem a TV, o vídeo. Depois vêm as imagens digitais de computador, as fotos que hoje tiramos com pequenas máquinas e enviamos para nossos amigos.

A nossa civilização tornou-se, de uns tempos para cá, cada vez mais a civilização da imagem. Tudo é imagem: os painéis publicitários de rua; os computadores; as telas de TV nas casas, nas salas de espera de consultórios, nos bares e cafés, telas e telões em aviões, nos congressos, nas faculdades, nos shows de música, nas praças públicas, nas avenidas. Tudo se pode ver, ver se tornou a grande diversão das massas, parece que não há outra coisa na vida a não ser ver. Ver, ver e ver. Estamos inundados de imagem, sufocados de tantas ilustrações, de tantas projeções, de tantas cenas, de tantos espetáculos.

Mas será que com esse exagero de imagens de fato ainda vemos alguma coisa? Será que esse mundo que passa diante de nós, em todos os lugares, ainda nos diz algo? Ou se trata apenas de uma agitação frenética, de um movimento incessante só para nos dar a impressão que nossa vida tem luz, cor, emoção, novidade, variedade?

Em 1981, o diretor francês Louis Malle fez um filme chamado Meu jantar com André. Dois atores sentam-se num restaurante nova-iorquino e um deles, o mais velho, André, começa a comentar com o outro uma série de experiências que teve. Quando sua mãe estava muito doente, com um aspecto de quem já estava quase morrendo,

o médico, ao sair de seu quarto, disse: “Não temos razão para estar felizes? Não é maravilhoso como ela está se recuperando?” E André não entendia, pois ela já estava quase morta. É que o médico não viu sua mãe, só viu seu braço. Depois, muito deprimido e triste, dirigiu-se ao teatro, onde deveria encontrar-se com seus amigos. Estes, quando o viram chegar, lhe falaram: “Como você está bem, que bronzeado você pegou, sua camisa está combinando tão bem!” Foi somente a mulher da faxina a única a dizer-lhe: “Nossa, sr. André, como o senhor está mal!” Ninguém mais o tinha visto de fato. André dizia: “Eles vivem num mundo de sonhos, maluco, eles olham, mas não veem nada. Estamos todos em transe”. Estamos mortos por dentro.

O olhar, tanto nos humanos quanto nos animais, tem que ver com a captura. Olhamos para capturar, para prender. O filósofo Sartre dizia que quando uma outra pessoa nos olha, ela nos rouba nossa liberdade, ela passa a possuir o segredo daquilo que eu sou, dizia ele. E, contra isso, nada podemos fazer. O outro nos olha, nos captura, cria em torno de nós seu segredo e isso nos incomoda. Também os animais usam a visão para capturar. A águia, por exemplo, tem uma grande acuidade visual. Ela pode avistar de uma grande distância sua vítima para depois capturá-la com suas garras e seu bico.

É também pelo olhar que o homem fantasia a realização de seus desejos ao assistir a um striptease. Nesse espetáculo, ao ver uma mulher retirando lenta e sensualmente cada peça de seu vestuário, o homem se estimula visualmente. A cada nova peça retirada, maior é a excitação sexual, chegando ao ápice quando sobra apenas uma única e última peça a ser removida. Ao concluir o ato de se despir, a cortina tem de se fechar logo, pois o resultado no homem é um mal-estar. A mulher inteiramente nua já não o excita tanto, o prazer estava na roupa, ou melhor, no ato de ir tirando-a. Esse é o único fator de prazer: assistir, como um voyeur, uma mulher se despidendo, participar da intimidade dela, ter acesso àquelas regiões do seu corpo que outros não têm, possuí-la visualmente. O mal-estar final é equivalente àquilo que se chama, em psicologia, de melancolia masculina após o coito, como veremos no próximo capítulo.

Quando olhamos algo pela primeira vez, nossa tendência é encobrir essa coisa com uma moldura conhecida. No primeiro olhar percebemos a existência desse algo novo, mas, no segundo seguinte, buscamos explicar isso, dar um nome, associar a algo já visto, inserir esse novo num mundo das coisas conhecidas. Esse mecanismo acontece quase automaticamente. O psiquismo humano procura, diante de um objeto novo, de uma cor, de uma sensação visual desconhecida, pôr-lhe imediatamente um rótulo para tranquilizar-se. Buscamos reduzir o novo, que nos causa preocupação, ao familiar, que nos acalma. Mas, com isso, perdemos o novo! Já não vemos mais a coisa...

Estranho processo, seguramente apenas humano, é esse fato de atribuirmos sempre um nome, uma característica conhecida a algum fato novo, neutralizando-o. É o mesmo mecanismo que nos faz construir preconceitos, racismos e todos os tipos de segregação: colocamos um rótulo naquilo que nos incomoda por ser diferente e nos mantemos comodamente distanciados deles.

Por isso, quando os amigos o olham, não veem a preocupação e a tristeza na fisionomia de André, veem apenas a moldura que suas cabeças criaram para ele. Vêm um clichê do André onde aparece o André pessoalmente. O André novo, melancólico, diferente é ofuscado pela imagem congelada do André que eles têm na cabeça. É o que acontece num casal cujo relacionamento está desgastado: marido e mulher já não conseguem mais se comunicar: um vê no outro apenas uma imagem fixa desse outro que ele pôs na cabeça. Não se ouvem mais, não notam as diferenças ou as mudanças, não veem o outro, veem apenas aquele quadro imutável que está em sua cabeça.

Isso acontece também na leitura: adquirimos o vício de não ler ou não ler direito. Disse o filósofo Nietzsche, em Além do bem e do mal, que lemos muito mal:

Da mesma forma reduzida como um leitor hoje lê apenas algumas palavras (ou mesmo sílabas) em uma página – ele extrai de vinte palavras mais ou menos cinco ao acaso e “adivinha” nessas cinco palavras o sentido presumido delas –, de forma, igualmente

reduzida, vemos hoje uma árvore exata e completa. Mesmo diante dos acontecimentos mais raros, fazemos igual: nós inventamos para nós mesmos boa parte do fato e é muito difícil sermos levados a não nos vermos como “inventores” de algum processo. Isso tudo quer dizer o seguinte: somos, radicalmente, desde sempre, acostumados à mentira. Ou, para expressar de forma virtuosa e hipócrita, ou, digamos, de forma mais agradável, a gente é muito mais artista do que imagina.

Vemos as palavras, mas não lemos o texto, jamais vemos uma árvore completa, “mentimos” para nós mesmos, diz o filósofo. No filme brasileiro Janela da alma, um filme sobre o olhar, de João Jardim, é mostrado Egven Bavar, um fotógrafo cego. Esse homem diz que as novas gerações estão perdendo a capacidade de ver. É um fato estranho numa época em que se diz que a visão é o mais utilizado de todos os sentidos. Vê-se muito, tudo é visual, há telas por toda parte, mas as pessoas não veem, ou não veem direito. O mesmo filósofo citado acima comenta também sobre um antigo padre confessor que havia ficado surdo e disse, certa vez, que a gente tem os olhos para ouvir. Dizia ele: em terra de cego, que tem ouvido mais apurado é rei.

Os estudiosos da percepção falam que a visão proporciona aos homens o “espetáculo do mundo”, mas sentir o mundo é diferente. Quando sentimos o mundo, nós não apenas vemos, nós apreendemos as qualidades. Quando passamos pelas ruas, um mundo de apelos visuais, de imagens, de fotografias, de cores e de cenas nos chamam a atenção. Nós saímos de nós e nos dirigimos ao painel publicitário, ao telão, à publicidade nas ruas. Nós vamos para lá. É diferente quando fazemos o movimento inverso, quando deixamos o mundo entrar em nós, e isso não acontece com a visão, mas acontece com a audição, com o tato e com todas as formas de sentir as coisas. Elas entram em nós, instalam-se em nós, produzem em nosso interior uma sensação de incorporação e de mudança.

A visão, falamos acima, é forma de captura, de aprisionamento, é uma maneira de apanhar uma vítima, uma presa. Há certos olhares

que são ferinos, que atacam, que chispam, que agridem. Mas não há jamais um ouvir ferino, um sentir ferino. Porque sentir é perceber as coisas instalarem-se em nós, é aprender com elas, é nos desenvolvermos por meio delas, é nos tornarmos mais refinados, atentos, solidários com base no que a natureza e o mundo externo podem nos ensinar. Isso é diferente também da forma como trabalha o olhar científico, o olhar do laboratorista, aquele olhar que apanha um objeto, uma flor, um inseto e o retalha, o decompõe, o separa em múltiplas partes. Perceber o mundo é não distanciar-se das coisas para envolver-se com elas, mas uma fusão: nós nos fundimos, nós nos dissolvemos no mundo.

A visão trabalha por varredura. Olhamos a cidade como um todo, nossos olhos passeiam de uma ponta a outra do horizonte vendo edifícios, veículos, pontes e viadutos, árvores e pessoas. Fazemos um apanhado geral da cena, olhamos tudo em “plano geral”, como dizem os cineastas. É evidente que dessa forma jamais estaremos atentos aos detalhes: àquela casinha abafada no meio dos prédios, àquele paralítico tentando subir a ladeira, às flores amarelas do ipê que começam a aparecer no final do inverno. Nietzsche dizia ainda que, pela velocidade terrível da vida, o espírito e os olhos acostumam-se com um olhar e um julgamento “pela metade”, ou mesmo falso, e que cada um de nós se parece com um viajante de trem, que só conhece um país ou um povo através de seu vagão. Isso quer dizer que vemos o mundo passar na rapidez, na velocidade, no agito cotidiano, e não nos detemos nas coisas. Não temos o olhar do fotógrafo, daquele que depurou o olhar e busca redescobrir as imagens esquecidas.

E com a televisão acontece uma coisa parecida: vemos muito, mas não registramos nada ou quase nada porque nossa visão está acostumada a dispersar-se no geral, a olhar e não ver, nem mesmo ouvir. Um estudioso de música, o alemão Joachim-Ernst Berendt, comentou certa vez que muitos telespectadores o viam na televisão. Como ele participava de muitos programas e não sabia a qual programa as pessoas se referiam, perguntava a elas o que ele tinha dito. Em oitenta por cento dos casos elas diziam: “Não sei ao certo. Eu vi o senhor, sei que o senhor estava com um pulôver vermelho, o

senhor ria, o senhor parecia cansado, seu xale não combinava com sua camisa”. Era diferente quando alguém lhe dizia: “Eu ouvi na semana passada seu programa de rádio”. “E o que eu falei?”, perguntava ele. Então, as respostas eram muito precisas, havia uma apreensão da informação muito maior.

Mas mesmo na visão isso não é impossível. O escritor argentino Ernesto Sábato disse que não devemos encarar o olhar humano como alguma coisa física, pois é muito mais do que isso. É o que nos diz também o escritor André Gide, que a verdadeira importância nunca está na coisa olhada, porém no próprio olhar. É a forma como olhamos o mundo que tem de mudar.

Voltemos ao caso do olhar uma coisa pela primeira vez. Viciamos nossa observação quando imediatamente após ver uma coisa já pomos nessa mesma coisa uma vestimenta conhecida, penduramos uma placa com um nome, nós a classificamos, como fazem os cientistas. Nós não damos tempo para a coisa aparecer, para a coisa “ser”. Sua singularidade é instantaneamente anulada, zerada por nós. Temos de separar, portanto, os dois momentos: o da primeira observação e o segundo seguinte, que é o da rotulação. Deixar a coisa ser. Deixar a coisa se mostrar, deixá-la se apresentar a nós sem pensarmos nada, sem qualquer juízo sobre ela, sem emitir nenhum parecer ou julgamento.

Não fazem outra coisa as pessoas que aprendem a meditação. Dizem os mestres orientais que para “parar de pensar” devemos tomar as imagens que aparecem em nossa mente e não pensar nada sobre elas, deixá-las vir e irem-se. Apenas vê-las. Se fechamos os olhos, aparecem-nos imagens muitas vezes circulares que se ampliam, se dilatam, que desaparecem. Se nos determos em olhá-las, simplesmente olhá-las, sem emitir nenhum julgamento, sem tentar explicá-las, estaremos dando chance de elas serem o que são, sem que as mutilemos.

Agora, pensemos em nossa vida desperta, em nosso olhar cotidiano. Que coisas novas podemos descobrir olhando as coisas? Que coisas novas deixamos que elas nos digam? Que nos revelem? E nas pessoas: o que essa pessoa demonstra além da conversa de

que ela está participando? O que nós sentimos nelas além da fala e dos assuntos que estão sendo comentados?

O mundo é pleno de vitalidade, energia, sensações novas, diferentes, fatos esses que ao entrarem em contato com nossas informações adquiridas e instaladas têm a condição de dinamizá-las, atualizá-las, de nos tornarem mais presentes no mundo, dele podendo extrair outras coisas. É o afloramento de uma capacidade que atrofiamos, a de sentir o mundo em vez de tentar explicá-lo.

No final do filme *Meu jantar com André*, após uma longa discussão entre os dois personagens sobre a vida, sobre o olhar e as formas de sentir o mundo, André diz: “No sexo há um momento de esquecimento total. No momento seguinte, se começa a pensar... Temos medo de ficar naquele esquecimento porque é perto da morte...” O momento de êxtase sexual é o clímax de um ato. Ele é tão carregado de sensações únicas, que é uma ponte que nos leva a esse mundo misterioso, estranho, surpreendente das emoções em estado puro. Dá um certo arrepio jogar com a fronteira entre o conhecido e o desconhecido, entre o costumeiro e o insólito, o fantástico e o maravilhoso, porque nos tira da rotina, do vício, da eterna repetição da vida, e isso lembra a morte. Há sempre uma dúvida, uma incerteza sobre o que vem depois. Por isso, busca-se logo algo em que se agarrar, e retornamos à vida. Aprender a ver o mundo é um pouco pisar o terreno fascinante e atemorizador da própria reformulação interior.

A sexualidade, como outras formas de sensibilidade, reduziu-se, nos tempos atuais, à “tecnologia do gozo”.

PELE QUE VIROU PAQUIDERME

O escritor francês Paul Valéry disse certa vez que a pele é o que há de mais profundo no homem, e ele não estava enganado. A pele que reveste nosso corpo é o elo de comunicação entre nós e o mundo, entre nós e as outras pessoas, entre nós e o ambiente natural externo. Pela pele demonstramos frio, suor, bronzeado. Através da pele o outro comunica-nos sua temperatura, as pulsações de seu corpo, a suavidade ou a rugosidade de seu tecido, o carinho, a ternura.

A pele é uma linguagem. Por ela comunicamo-nos sem precisar trocar palavras. Quando toco outra pessoa, ela sente se estou querendo ser carinhoso, afetivo, repreensivo, se estou querendo-a sexualmente, se estou apenas querendo chamar sua atenção para alguma coisa. Eu não preciso falar. Nossas peles em contato falam entre si. Quando aperto a mão de alguém, não sinto apenas a força interna de seu caráter ou sua fraqueza, percebo também pelo toque da pele outras tantas informações a mais sobre seu ser.

Falar da pele é também falar do toque, do tocar o outro, de apalpá-lo, de acariciá-lo, de deslizar a mão sobre seu corpo, de mostrar afeto e prazeres. Mas há também o toque

ambíguo, o roçar de corpos nos transportes públicos, nos bancos e poltronas, nas filas, nos balaústres. A pele, o toque dos corpos é, ao mesmo tempo, algo que pode nos proporcionar sensações muito agradáveis, mas também retrações musculares defensivas. O psiquiatra José Ângelo Gaiarsa disse que estamos doentes porque nos falta proximidade, contato, porque não trocamos carícias nem

gostamos que toquem em nós. Que estamos cercados o tempo todo daquilo que mais desejamos e ninguém ousa se apropriar, tocar, abraçar, acariciar...

É que desenvolvemos defensivamente “paquidermes”, quer dizer, peles espessas como a dos elefantes, tornamo-nos verdadeiros cascas-grossas em nosso convívio social e mesmo íntimo. Ninguém nos toca. O toque virou uma coisa alérgica, irritante, incômoda, desagradável. Já não sabemos mais o que são as emoções táteis. É o preço de uma sociedade que criou tantas barreiras em torno da aproximação física, que fabricou tantos preconceitos que tornamos nossa pele uma verdadeira chapa de aço.

O psicólogo norte-americano Ashley Montagu diz que nossa cultura ocidental encoraja o indivíduo do sexo masculino a permanecer uma criatura não-tátil durante toda a sua vida, que isso o torna uma pessoa faminta de experiências táteis e que ele acaba só indo buscá-la nos contatos sexuais. Ocorre que mesmo aí, nas trocas sexuais, em vista desse seu subdesenvolvimento sensorial e por outras causas ele será duro, grosseiro, brutalizado.

Tornamo-nos, todos, uns mais outros menos, incapazes para o tato. Perdemos, com isso, uma enorme dimensão das trocas humanas, ficamos deficitários de formas de sentir o outro, agimos socialmente como se fôssemos pedras. Os rapazes, por exemplo, quando se encontram, realizam uma forma transfigurada, mutilada, de contato: eles se dão tapas violentos, maneiras que seu psiquismo encontra de satisfazer o desejo de contato, mas mascaradas de masculinidade selvagem.

O toque, o pegar na mão do outro, mesmo o abraçar são vistos com suspeita. Remetem sempre a uma interpretação desconfiada que retrai, que contrai, que nos trava mais ainda. A presença física do outro assume, hoje mais do que no passado, um aspecto nocivo. O outro, se me tocar, desequilibra minhas seguranças, me traz sensações que eu não vou saber o que fazer com elas, faz surgir em mim fantasias sensuais perigosas, revela, em suma, minha própria fragilidade.

Por isso, as pessoas se enrijecem, se entesam, ficam sérias e duras. Mesmo assim, aquele pequeno toque comunica-se, apesar

de não ser desejado, com outras áreas do psiquismo que lembram os primeiros beijos da mãe, suas mãos macias, quentes, suadas, lisas ou ásperas, firmes ou frágeis, remete a um mundo antigo de prazeres longínquos e esquecidos. Temos nostalgia do toque, e, no fundo, todos gostaríamos de ser tocados, que alguém suavemente nos passasse a mão pelo corpo, nos transmitisse novamente aquela ternura dos primeiros anos de vida, enfim, que alguém reconstituísse essa comunicação física dos corpos que hoje já não temos com quase ninguém.

Precisamos do toque do outro, de sua pele, de seu corpo. As mulheres, cuja sensibilidade tátil é menos travada que no homem, o sentem ainda mais claramente. Elas necessitam dos estímulos táteis enquanto os homens precisam mais dos estímulos visuais. Talvez porque os homens procuram a excitação mais nas fantasias, enquanto as mulheres a procuram na materialidade da presença.

Entretanto da mesma forma como os rapazes se batem para realizar, mesmo que mutiladamente, um contato difícil, mas inconscientemente desejado, a sociedade busca outras formas de burlar as proibições, deixando escapar comportamentos e práticas que irão, pelo toque, recuperar a comunicação dos corpos. Nos bailes de adolescentes do passado, o estilo de dança era efetivamente o de colar os corpos, numa simulação socialmente autorizada do contato sexual. Daí o afloramento das excitações eróticas que surgiam desses encontros, em princípio, “inocentes”. Mas também o abraço pleno, que junta os corpos e recupera as sensações adormecidas, mas desejadas, numa linguagem muito além das palavras. Especialmente para as mulheres, o aconchego e o abraço desempenham papel mais importante que o próprio sexo. Há pesquisas a respeito que relatam que muitas mulheres solicitam sexo aos seus companheiros mais com o intuito de serem abraçadas. Como diz Fritz Kahn, o contato corporal para a mulher é um ato de grande intimidade e uma concessão de longo alcance.

Na vida em sociedade, a trava muscular nos fecha para o mundo e torna nosso corpo uma caixa impenetrável. Mas se autorizamos que nosso corpo se entregue às mãos habilidosas de um ou de uma experiente massagista, vamos sentir o afloramento de tudo ou

quase tudo que ficou guardado em nossa caixa de sentimentos. O toque suave ou firme, macio ou forte, o massagear sucessivo dos membros, dos músculos, o manipular das articulações, o operar com partes do corpo que não são regularmente solicitadas faz ressurgir uma alma sutil e delicada, escondida do corpo.

O desejo de ser tocado, de ser apalpado, de sentir os dedos percorrerem as extensões do corpo, de a mão deslizar por sobre saliências, reentrâncias, concavidades, altos e baixos, fundos e rasos de nosso corpo mostra-se através da quantidade de energia libidinosa que isso libera. A sensação instantânea que se sente é de uma depuração, de uma descarga, de um esvaziamento tensional, de um desbloqueio emocional, de uma entrega a sensações e emoções livres que outros contatos dificilmente conseguem.

Ficamos entregues, autorizamos tudo, ofertamos nosso corpo àquele ou àquela que conseguiu dissolver as amarras, soltar as correntes, desfazer os nós, desmanchar todas as travas, e esse trabalho de depuração, de purificação, de real ablução nos transporta por meios oníricos a esferas além de nosso mundo atual. O corpo solto das amarras é naturalmente um corpo em momento e estado muito particular. Ele pode gozar por alguns minutos ou horas desse enlevamento espiritual único, desse arrebatamento ou êxtase de ficar suspenso, absorto, encantado.

Mas nem todos sabem disso; poucos, na verdade, conhecem – ou querem conhecer – os efeitos terapêuticos para o corpo e para a alma da entrega de seu próprio corpo a um profissional que tenha esse dom de evocar nele a emocionalidade adormecida, trazê-la para fora e elevá-la, em êxtase, a um estado de suspensão. Outros, ainda, conhecem essas práticas, mas as restringem à sessão terapêutica, revestindo o corpo, uma vez atravessada a porta, novamente da amarração muscular que possuía antes de entrar. Mas, de qualquer forma, a nostalgia de uma felicidade remota que um toque suave, delicado e sutil evoca tem a força energética mágica de nos despertar, de denunciar em nós as estruturas mortas que carregamos e cismamos em manter.

O tato, o toque, a pele, o encontro dos tecidos cutâneos, o roçar de terminais nervosos da epiderme estão associados ao prazer,

comunicam-se com o mais íntimo de nossos desejos, com a idéia de que estamos sentindo felicidade, mas, como falado acima, as pessoas fogem disso, evitam, não se tocam, não se aproximam, não sentem a presença física do outro. No sexo, o toque tem papel central, pois sem o beijo, o abraço, os corpos colados, a nudez, ele se reduz a nada. Mas, paradoxalmente, as pessoas, mesmo no sexo, tendem a manter sua paquiderme, sua pele grossa do afastamento, do distanciamento.

É que a sexualidade, como outras formas de sensibilidade, reduziu-se, nos tempos atuais, àquilo que especialistas chamam de “tecnologia do gozo”, quando nos tornamos “máquinas de rendimentos”. A causa disso, dizem eles, está num grande equívoco das práticas sexuais, por fazerem com que as pessoas praticamente se programem para ter um prazer utilitarista, calculado, feito para se obter um resultado esperado e frio. Trata-se da eleição do atingimento do orgasmo como a única meta válida para o sexo entre duas pessoas.

Essa, em verdade, é uma norma antes masculina, pois é no homem que a sexualidade se reduz ao orgasmo. E, nele, o prazer é curto e fraco, uma mobilização enorme de energia física e psicológica, um empenho exacerbado para realizar e um final antes melancólico, que mal atinge 30 segundos. Após isso, a sensação de evacuação, de alívio, de fim de uma tensão: o dever foi cumprido. Mais um entre tantos outros deveres que a sociedade lhe impõe. Quando ele termina, aliviando-se, a mulher, cujo despertar é lento e contínuo, está desaparelhada.

No homem, toda sexualidade e erotismo reduzem-se a uma pequena parte do corpo, ao seu sexo. Por isso se fala que o animal masculino fica triste após o coito. A pulsão foi neutralizada, expurgada, liquidada até que volte a próxima vez. Os estudiosos franceses Pascal Bruckner e Alain Finkielkraut dizem, em *A nova desordem amorosa*, que se o homem não ejacular, ou, pelo menos, se não fizer desse orgasmo o objetivo de seu desejo, todo o pacote de motivações que o impelem desmoronará: fora da esfera transparente da emissão do sêmen, onde tudo é claro porque basta

desejá-lo para ter seu esperma, o homem simplesmente não saberá mais o que quer.

O sexo, assim, resume-se a um trabalho, uma tarefa, a “dar conta de uma necessidade” e não exatamente a um prazer. Ora, mas precisa ser assim? Será que a sexualidade, especialmente a masculina – mas também a feminina quando se concentra no atingimento do orgasmo e em nada mais –, tem que reduzir-se a essa “produtividade”, a esse desempenho, a essa eficiência, como se fosse mais uma máquina, mais uma forma de trabalho?

Assim, realmente, apesar das fantasias de prazer associadas, o sexo torna-se um acontecimento muito frustrante. Exatamente porque se afunilou, se comprimiu, se estreitou no mínimo prazer possível. Foi apressado, foi direto ao fim, dispensou as preliminares, foi feito sem cerimônias, cumprindo obrigação, consumado sem mesmo com a necessidade de se despir, desempenhando apenas mais um ritual, o do esvaziamento de espermas.

É que o contato dos corpos, as tais das “preliminares”, foi descartado como secundário, inútil, pura perda de tempo. É “vagabundagem erótica” que atrapalha os caminhos apressados do orgasmo, meta final, objetivo exclusivo da tecnologia do gozo. Ora, mas por que não erotizar todo o corpo, descentrando o prazer?

Assim como a massagem terapêutica tem condição de promover o êxtase do enlevamento, a exuberância da transmutação para outra dimensão dos sentidos e da sensualidade, também a sexualidade tem esse potencial, hoje ignorado, de reabilitar o prazer e expurgar a neurose associada à mera genitalização do sexo, se fizesse exatamente o que normalmente não se faz. Não que os casais tenham que buscar manuais de prazer, livretos de kama sutra ou outras regrinhas stupidificantes de prazer segundo o receituário. Ao contrário, precisam descobrir por si mesmos as novas sensações, os terrenos ocultos, desconhecidos, novos.

O tato, a carícia, o beijo, os carinhos, os toques variados, as lambidas e mordidas, tudo, enfim, é passível de ser erotizável, de tornar-se objeto da transa sexual. Nenhuma região do corpo, nenhum órgão precisa ter destaque, proeminência, império sobre os demais. Como dizem os especialistas franceses, todo corpo é uma

máquina de loucuras, incluindo os cotovelos, as unhas, os dentes, o osso íliaco, a úvula, o tímpano, o intestino grosso, o umbigo, os bulbos capilares, o couro cabeludo, as axilas, o fêmur, o tendão calcâneo, o dedo anular, o mindinho, incluindo o ânus e o pênis. E ainda: quando os amantes consentem em perder-se, em entregar-se à vagabundagem, passam a viver tanto experiências eróticas quanto carícias, beijos, deslizamentos, tanto sensações quanto grãos da pele: a rugosidade da língua, a pele lisa dos lábios, o sedoso lado interno da coxa, o dobrado das nádegas, as estrias do orifício anal, a vulva inundada.

Em princípio, para os amantes, se de fato há desejo entre os dois, cada componente do corpo tem vocação para o prazer. Com o desejar o outro há a descoberta tátil do corpo do outro, o ouvir o outro, o encontro, pela vista, dos detalhes menores, escondidos, intimidados, protegidos do corpo amado. Isso junto do apreciar do cheiro do outro, de suas reações, transpirações, exsudações, vibrações, gritos, falas soltas. Em cada parte, um lugar para estimular, atizar, excitar, provocar um prazer novo, especial, inusitado, estranho. São os tais dos preparativos, aquilo que se relega como “dispensável”, mas que, diante da miséria sensual dos dias atuais, aparece como um prazer esquecido, atrofiado, relegado ao plano das práticas menores, porque não são diretamente genitais.

Nessa forma de polimorfia sexual, quer dizer, do sexo visto como múltiplo, distribuído pelo corpo todo, realizado com tempo de sobra, em que efetivamente se perde tempo – e com tanto prazer! – realiza-se um verdadeiro culto ao corpo do outro, uma adoração, uma veneração, o enaltecimento de uma entidade que merece receber e que vai ser estimulada a dar mais prazer. Aqui não entra a necessidade de acabar. Como dizia o escritor Gustavo Flaubert, a estupidez consiste em querer acabar. Ao contrário, impera a lentidão, o deixar o tempo arrastar-se, uma ocupação despreocupada com o outro na pesquisa de seus detalhes, no toque suavemente deslizante, em não ter nada de pressa, em esticar os minutos, fazer o tempo parar. O sexo deixa de ser uma história clássica que tem um começo de desejo, um meio marcado por uma

energia concentrada na busca do orgasmo e um final melancólico com o simples esvaziamento ejacular.

Essa prática, em que o animal homem não termina triste nem o animal mulher frustrado, possibilita que a lembrança do prazer se realize sem essa curva de começo-meio-fim, mas como um trajeto indeterminado que se vai, se vem, se volta outra vez, se inicia tudo de novo, sem meta definida nem hora marcada. Permite ainda que a boa lembrança se estenda além daquele momento do sexo, aumentando depois disso o desejo do outro, de uma nova entrega despreocupada às delícias da sensualidade na busca de continuidade nos corpos descontínuos.

Seres descontínuos como são um homem e uma mulher e os pares homossexuais. A sexualidade não é o amalgamento de um no outro, a dissolução de ambos num só corpo, a negação mútua, a fusão num corpo híbrido que contém os dois, mas, antes, exatamente a multiplicação. O prazer está, precisamente, no outro como diferente, como diferença, como alteridade. No fato de ele não ser eu, ser algo que eu tenha que descobrir a cada dia novamente, me surpreender, me fascinar, me encantar, percorrer cada vez novos caminhos e fazer novas descobertas.

Há uma sensualização linear, contínua, que se alimenta de suas próprias excitações, de suas próprias fantasias, da vontade jamais realizada plenamente, do desejo e que, por isso mesmo, está sempre ativa, o desejo dos voyeurs, dos amantes não correspondidos, dos eternamente enamorados, daqueles que jamais terão uma chance, dos amantes secretos, todos eles, realimentando diariamente seu desejo. E há uma sensualização circular, que parte de um ponto do círculo e faz toda uma trajetória para desembocar no outro extremo, a sua realização, a sua finalização. Nessa segunda forma, o desejo se acalma, cessa, morre naquele momento. A repetição do percurso do círculo será sempre a mesma e a tendência é a da rotina e do cansaço. Eu me canso da outra pessoa se repetimos a cada vez o percurso fechado do círculo. Ao contrário, a linha não tem início nem fim, é contínua, permanente, eu entro em qualquer ponto dela e saio em outro ponto indeterminado. É o chamado “prazer do adiamento”: o homem não goza (sempre)

para poder compartilhar com o ritmo feminino. Isso, naturalmente, nos vale somente como dois princípios, jamais como modelos, menos ainda como regras. Porque nem tudo tem de terminar com o final clássico e, como o gozo da mulher, com “excesso de sensações difusas” (Bruckner e Finkielkraut), é muito diferente daquele do homem, nada justifica que no campo dos prazeres as pessoas tenham de se submeter a um princípio único e absoluto.

Todas essas práticas vão contra a pele que se tornou paquiderme, o estranhamento do outro que deveria ser meu íntimo ou minha íntima. Trata-se de um trabalho para desfazer o adestramento para o duro, o rijo, o pouco delicado e pouco afável de que somos objeto “para que nos capacitemos para a sociedade”. A sociedade, as relações de trabalho, a economia, as lutas políticas nos tornam selvagens, inversamente do que se imaginava ser o trabalho da civilização em relação ao homem rústico e grosseiro de outrora. Ashley Montagu havia dito que a aspereza com que os homens lidam com as mulheres e crianças constata a evidência da carência pela qual passaram em termos de primeiras experiências táteis. E, de fato, como disse Nathaniel Hawthorne, os carinhos são necessários à vida dos sentimentos como as folhas o são às árvores. Sem eles, o amor morre pela raiz.

Nossa couraça, acirrada pelas angústias da vida, do trabalho, dos desgostos, nos tornou seres sem ouvidos.

SONS DO AGITO E O ENSURDECIMENTO DO OUTRO

A vida contemporânea possui muitos sons. A rua é barulhenta, o adolescente na casa ao lado acha que todos têm de ouvi-lo ensaiar sua nova bateria, os jovens em dias de festa impõem ao mundo ao redor suas guitarras, seus videoquês, os trios elétricos não deixam ninguém dormir. Mas todos se esquecem de que o ouvido não é como os olhos; se não quisermos ouvir não basta fechá-lo para nos defender da invasão do mundo em nossa casa, em nosso lazer, em nosso trabalho. O som atravessa tudo, invade nosso apartamento, entra por todos os vãos, nos atordoa e nos ensurdece.

Ingmar Bergman no filme *Ovo de serpente*, de 1977, descreve como se pode enlouquecer as pessoas impondo-lhes um som baixo, mas contínuo, intermitente, insuperável. O som que vai devorando as pessoas. Pelo som, pode-se destruir uma mente; o som pode ser nefasto e uma das maiores armas contra os inimigos.

Isso porque o som é altamente penetrante, ele cala no fundo da alma. Diferentemente das imagens que captamos por um processo de varredura, em que nos deslocamos até as coisas, o som entra em nós, instala-se em nosso interior, nos invade. Por isso, a poluição visual pode ser evitada, desviada, ela nos agride menos porque ocorre fora de nós. Já a poluição sonora incorpora a enorme energia potencial que têm os fenômenos sonoros. Para o bem e para o mal. O naturalista alemão Lorenz Okenfuss (1779-1851) dizia

que o olho leva o homem ao mundo, mas o ouvido traz o mundo ao homem.

Na história da civilização, a voz sempre teve o maior de todos os privilégios. Reis, imperadores, faraós e monarcas eram respeitados e sua voz personificava a voz do próprio deus. No Egito, por exemplo, acreditava-se que tudo aquilo que o grande faraó falava transformava-se imediatamente em coisa: se ele dizia “chuva!”, chovia torrencialmente; se ele falava “colheita!”, as plantações começavam a mostrar seus frutos; se ele dizia “homem!”, surgiam homens diante dele. Essa é a mesma tradição do cristianismo, segundo a qual o mundo e a natureza formaram-se a partir da voz de Deus e do sopro divino: “No princípio era o Verbo”, diz a Bíblia.

Por isso, na Antigüidade, a voz do deus estava presente na voz do próprio mandatário, o que ele falava era em nome da divindade e estava vinculado ao seu corpo. Quando surge a escrita, isso naturalmente se torna um incômodo para os reis, eles começam a perder seu poder, pois, com a escrita, já não será mais preciso a presença física do monarca, a escrita não precisa de um corpo, de uma paternidade física, ela sobrevive por si só.

Assim, durante muitos e muitos séculos, apesar de já existirem formas de escrita, os poderosos – inclusive a Igreja – sonegavam às pessoas o acesso às Escrituras Sagradas, já que com isso as pessoas poderiam questionar o poder dos papas. Além do mais, poucos sabiam ler e escrever, as sociedades só conheciam as interpretações oficiais dos livros sagrados e isso favorecia a continuidade do poder da Igreja.

No passado remoto, portanto, o poder estava na voz, naquele que falava, no discurso, na retórica. Mesmo antes da existência dos grandes impérios do passado, as tradições tribais, a cultura das primeiras sociedades humanas, os ensinamentos eram passados de forma oral. Os mais velhos reuniam o restante da tribo e contavam a história dos ante-passados da mesma forma com a haviam ouvido. As pessoas prestavam atenção porque teriam de repassar exatamente da mesma forma tudo o que ouviram aos seus descendentes. Não havia história escrita, logo os homens tinham de ter boa memória.

Mas com a descoberta da escrita, a memória foi perdendo importância. Se tudo pode ser gravado em papiros, em pedras, em monumentos, em textos oficiais, as pessoas já não iriam mais ter de guardar as informações em sua cabeça. A escrita, portanto, não vai apenas tirar os poderes dos imperadores, mas irá, também, tornar os homens mais esquecidos, menos comprometidos com a transmissão do saber aos seus descendentes.

Em compensação, nós aqui, 2.000 ou 3.000 anos depois, podemos saber o que eles escreveram naquela época sem depender da transmissão de pai para filho, o que sempre significa alguma perda ou mutilação. Contudo, hoje em dia, nem a escrita nem a voz são os mais importantes. Desde a criação da fotografia, em 1822, o mundo foi progressivamente tornando-se visual e os demais sentidos (o ouvir, o cheirar, o tocar, o paladar) foram perdendo importância.

Nossa era, início do século XXI, é visual. Perdemos o contato com os sons primordiais e tudo o que temos de som em nossa vida são ou os sons que acompanham mal e parcamente as imagens de TV, os filmes e os vídeos, ou os sons invasores e neurotizantes das festas, das praças e dos caminhões de som. O ouvir, o mais nobre de todos os sentidos, aquele que nos possibilitava a comunicação com o espiritual, nossa vinculação íntima conosco e com o cosmo, declinou e perdeu muito de sua importância na atualidade.

Não damos a importância devida ao som. Não consideramos que, como diz a tradição hindu com sua frase nada Brahma, o cosmo é todo som, tudo emite sinais sonoros e nisso constitui grande parte de nossa vida. Experiências com espectroscopia fotoacústica demonstraram que se pode captar o som que emitem os planetas do sistema solar, assim como as infinitesimais partículas da natureza. Tudo emite som. Mesmo as plantas. No Laboratório de Clima Artificial de Moscou noticiou-se, em 1970, uma experiência segundo a qual brotos de cevada literalmente choravam quando suas raízes eram mergulhadas em água fervendo.

Na Índia, fizeram-se experiências com plantas crescendo ao som de músicas. Constatou-se que algumas espécies desenvolviam-se vivamente, abrindo novos ramos e chegando a alturas trinta e seis

por cento mais altas, quando, experimentalmente, se tocava próximo a elas músicas de Ravi Shankar, fato que não ocorria com espécies equivalentes que cresciam nas mesmas condições, mas sem música.

O estudioso alemão Joachim-Ernst Berendt relata em sua obra *O mundo é som* (Nada Brahma) que botânicos indianos fizeram experimentos com abóbora desenvolvida em estufa ao som de música, sendo que um grupo delas crescia ouvindo música clássica e outra, rock. No primeiro grupo, a abóbora subia em direção ao alto-falante de onde provinha o som e praticamente abraçava amorosamente o aparelho. Já aquelas que cresciam ao som do rock evitavam flagrantemente o alto-falante. Em outra experiência com três grupos de plantas, tocou-se para um primeiro grupo obras de Bach, para um segundo, Ravi Shankar e, finalmente, para o terceiro grupo, nenhuma música. Observou-se que as plantas cresciam animadamente ao som de Bach, mas, diante da música indiana, elas dobravam-se quase horizontalmente em direção à música, num ângulo de até 60 graus, chegando também a abraçar o alto-falante.

Constatou-se, além disso, que algumas plantas não crescem bem junto a outras espécies, entre outras coisas, porque “seu ritmo”, suas vibrações sonoras não combinam com o ritmo das outras. Isso porque, como dizem os orientais, tudo que é vivo vibra, mesmo que nós em princípio nada percebamos ou ouçamos. Quando o poeta Olavo Bilac dizia numa poesia por todos nós repetida desde a infância: “Ora, direis, ouvir estrelas! Por certo perdeste o senso!”, isso nos parecia, de fato, insólito. Sempre foi o que pensou a maioria das pessoas, ouvir estrelas é estar louco, mas as pessoas não sabem que tudo tem seu som. Pela espectroscopia fotoacústica podemos ouvir o som do sol, de corpos celestes, de qualquer coisa que se move.

Ouçamos o que diz o filósofo romeno Emil Cioran em *Crepúsculo dos pensamentos*: “Será que sabemos ouvir a melodia secreta de cada rosa? Escutar um sorriso? Os olhos podem ver quando se ergue uma música longínqua e doce? Que sons dissolvem os olhares e morrem na sombra melodiosa do coração? Tudo toma voz timidamente, como se as coisas elevassem seus acordes ao céu.

Como uma doença astral, quantas sensações turvas e finas aproximam você do segredo musical do ser. Será que você ouve os prantos etéreos de um mundo escondido? Talvez as flores tenham arrancado as raízes do coração... e você ficou sozinho com seus suspiros... Será que você sabe ouvir o crepúsculo de uma flor-de-lis? Ou a melodia dilacerante de um perfume desconhecido? Se se ouvisse uma rosa até chegar à sua música, que marcha fúnebre ergueria para nós mais delicadamente uma laje em direção ao azul? E o próprio azul, será que ele não perde seu esplendor, aspirado por uma melodia que desce sobre nós?”

Esse mesmo filósofo é quem diz, como a sabedoria indiana antiga, que tudo é som, que fora da matéria tudo é música, que o próprio Deus não passa de uma alucinação sonora. Hélène Ouvrand, por seu turno, acha que se não ouvirmos o riso das pedras, se não captarmos sua voz, não conseguiremos tampouco escrever. Yves Thériault, acredita que se soubermos escutar a água, aprendermos sua língua, então isso nos abrirá todo o conhecimento dos seres e das coisas.

Mas os homens não ouvem, esqueceram-se de ouvir, relegaram a audição, o mais nobre dos sentidos, a uma posição secundária, auxiliar da visão. Mas é o ouvido que leva o mundo ao homem, como disse Lorenz Okenfuss, a visão só faz com que o homem atire-se no mundo. O fato de as pessoas hoje em dia quase só receberem estímulos visuais leva à crise da percepção do mundo, que para Robert Junk é a maior crise que atravessamos na atualidade.

Quando vemos, deslocamo-nos de onde estamos e vamos para outro lugar. Olhar o mundo é como pôr um binóculo, uma luneta, projetamo-nos para o outro lugar, lançamo-nos para lá e abandonamos o lugar em que estávamos. Deixamos de estar aqui, nos descentramos de nós mesmos. Ao mesmo tempo, “assaltamos” o mundo que nos rodeia, vemos o mundo como uma presa, um alvo, algo a ser atacado, atingido. Em inglês, a palavra olho tem exatamente o mesmo som da palavra eu (eye = I), o olho é a expressão de nossa conquista, de nossa ilusão de dominação, de

se apropriar do outro e das coisas, é a marca de nossa violência em direção ao exterior.

Ouvir, ao contrário, nos faz voltar a nós mesmos, recuperarmos nosso espaço e nossa serenidade. As práticas da meditação, por isso, buscam excluir o olhar, o ver, e concentrar-se no sentir, no ouvir. Ouvindo, as mensagens são absorvidas por nossos sentidos e instalam-se em nós. Pela voz, pelo som incorporamos o mundo e este cala em nós. É, portanto, intensivo, penetrante, instala-se e consolida-se em nosso ser, em muitos casos, definitivamente como informação nova, como sensibilidade adquirida, como vivência. Pela visão, opostamente, fechamos nosso corpo e saímos dele, nada de fato nos penetra, mantemos mais fielmente nossa carcaça, nossa armadura, a couraça diante do mundo.

Por isso, as informações trazidas pelo rádio tem potencialmente muito mais força do que aquelas trazidas pela TV. O cinema, para obter grande impacto sobre as pessoas, necessita de recursos adicionais muito poderosos para se introduzir psicológica e fortemente em nós: uma sala escura, uma grande tela, um som potente e estereofônico, uma sensação de que toda a encenação está sendo feita só para nós.

O filósofo francês Maurice Merleau-Ponty diz que sentir é praticar uma comunicação vital com o mundo, comunicação essa que não tem nada que ver com o conhecer, que, em verdade, este sim, é um ato apenas racional. As cores não significam paz, violência etc., ao contrário, elas são vividas da forma como o corpo as vive. Da mesma maneira ocorre com a música, diz o filósofo. Em princípio, o som ressoa fora de mim, de um instrumento musical, mas, depois, ele vai passar entre mim e o instrumento, e, daí, vibra em mim “como se eu tivesse me tornado a flauta”. Por fim, desaparece o som e tudo se torna uma experiência minha, a vivência da modificação de todo meu corpo provocada pela música.

A música é a mais nobre de todas as artes, já dizia Arthur Schopenhauer. Cioran diz que não há nada como a música para criar uma cumplicidade indestrutível entre dois seres: uma paixão é mortal, ela se degrada como tudo aquilo que participa da vida, mas

a música – complementa ele – é de uma essência superior à vida e, por consequência, à morte.

Isso porque a música é uma prática do ouvir, assim como o é a prática de ouvir o outro, que também estamos nos esquecendo. Em nossas sociedades atuais, cheias de barulho, de vibrações alucinantes, de sirenes e agitos, o som torna-se infernal. E nossa couraça, acirrada pelas angústias da vida, do trabalho, dos desgostos, nos tornou seres sem ouvidos. Perdemos o hábito de ouvir a outra pessoa. Captamos algumas palavras e nos bastamos com isso.

O estudioso alemão Günther Anders dizia que nossas sociedades estão caminhando para um grande monólogo coletivo, que o abismo entre as pessoas não existe somente quando elas não conseguem se comunicar por estarem muito distantes, por não terem uma linguagem comum, por haver dificuldade de contato. Ocorre também quando o abismo é estreito demais, quando as pessoas estão muito próximas e já não possuem mais segredos nem esperança um no outro, quando não há mais nenhuma novidade a ser trocada, quando a linguagem morre. São os casais entediados, um do outro, em que cada fala já é neutralizada pelo outro que nem sequer a ouve. São todos os relacionamentos em que a existência viva do outro foi substituída por uma imagem congelada, morta, seca e tórrida desse mesmo outro. Não se ouve mais a pessoa. O ouvido fechou-se.

Mas não há somente aqueles que não querem ouvir; há também aqueles que não sabem ouvir: “O número de seres humanos que atravessam a existência sem jamais ver nada ou nada escutar é prodigioso” (Georges Darein). Trata-se, portanto, de recuperar a capacidade de ouvir, de perder tempo com isso. Ouvir as rosas, as pedras, as águas. Nós temos a nostalgia de uma espiritualidade desaparecida, de uma voz que nos falava da natureza, do cosmo, do mundo, que as imagens que temos hoje já não atingem, pois passam pela nossa frente, não nos ocupam, são um telão eletrônico a mais em nossa cena urbana. Os sons, sim, nos tocam, como no passado antigo, em que tinham a força, a vitalidade, a potencialidade, o impacto das energias cósmicas e terrestres na voz

dos imperadores, dos chefes religiosos, dos líderes, mas também da própria natureza, esses mesmos sons têm a capacidade de mexer conosco.

Mas não qualquer som. No alarido urbano, diz Jacques Attali, nossa época camufla, pelo barulho, a solidão dos homens, dando-lhes a ouvir aquilo que ela crê ser música. Ora, a solidão pode ser apaziguada, aceita, tranqüilizada por esse contato com a dimensão espiritual, anímica, suprasensível através do apuramento da capacidade de ouvir.

E a capacidade de ouvir é, paradoxalmente, também a capacidade de ouvir o silêncio, cultivar o vazio que o silêncio traz, o não-barulho, a redução maior possível de todas as vibrações, o diálogo com a interioridade. É no silêncio que é feito o que se faz de grande. Cultivar o silêncio é o mesmo que o saber escutar. Com a criação do silêncio temos, como recompensa, o aparecimento das coisas, diz André Comte-Sponville. O amor vem através do silêncio, assim como por meio de um pequeno trecho de música, como no livro *No caminho de Swann*, de Marcel Proust: “E o prazer que lhe dava aquela música assemelhava-se, com efeito, ao prazer que sentiria ao experimentar perfumes, ao entrar em contato com um mundo para o qual não fomos feitos, que nos parece sem forma porque nossos olhos não o percebem, sem significado porque escapa à nossa inteligência, e nós só o atingimos por um único sentido”.

Todas as paixões se realizam no silêncio e pelo silêncio, continua Comte-Sponville. Na filosofia oriental, o silêncio é o bem maior, o valor mais importante. Nas sociedades ocidentais, diferentemente, há um excesso de palavras, fala-se muito, são discursos intermináveis, todos têm uma ansiedade enorme em dizer, comentar, murmurar, remedar, expressar-se, todos querem através da palavra provar que estão vivos.

Mas o estar vivo não se mostra pela enxurrada de palavras, pelo excesso de vozes, pelo barulho intenso da algaravia. Todos os barulhos, minha ansiedade em falar interminavelmente, meu desejo de emitir sons que invadam todas as casas, só demonstra minha própria miséria, minha grande solidão, o desespero imenso que tenho para que percebam que eu existo.

A prova de existir acontece exatamente no outro extremo, na minha capacidade de ouvir, de dar chance às pessoas e às coisas, de permitir que se instale um espaço para outras vozes irromperem, que não a minha. É só em nosso silêncio, quando nos parece inútil dar nossa opinião, tomar posição ou impressionar quem quer que seja (Cioran), que as palavras ganham vitalidade novamente.

Viver verdadeiramente tem que ver com sentir a vida em toda sua plenitude, e sentir a vida não tem nada que ver com explicá-la, teorizá-la, dar a ela um estatuto de coisa estranha, independente de nós. Nós não sabemos sentir, ou então, desaprendemos com a vida. Na vida nos ensinaram uma porção de coisas – a trabalhar, a ganhar dinheiro, a encontrar pessoas, a fazer amor –, mas ninguém nos explicou a regra para sermos felizes, para sentirmos de fato o mundo, para nos sentirmos bem sob nossa própria pele. É que não há um manual de como viver, nenhum livreto que nos ensine a perceber o mundo. Nem este que você tem nas mãos vai lhe passar aquilo que você deve, por si mesmo, descobrir. Sentir a vida aprende-se sentindo, praticando, investindo em nós mesmos, perdendo tempo, muito tempo, quanto mais melhor, conosco mesmo, nos observando e avaliando o tempo todo o quanto estamos recuperando da vida, dessa mesma vida que até agora, com toda nossa idade, ainda não fomos suficientemente sábios para viver. E viver não é só respirar, comer, dormir. Viver é sentir: saber ver, saber tocar, saber ouvir. O resto, meu amigo e minha amiga, o resto não passa de subvida.

Chega a ser visto como uma violência, um insulto, um enorme atrevimento, uma pessoa dirigir um carro superpotente a baixa velocidade.

UMA VIDA MAQUÍNICA NÃO NOS PERMITE PERDER TEMPO

O fato é que nos tornamos seres ansiosos. Os especialistas têm um nome para isso: horror vacui. Não se sabe muito bem desde quando e sob que condições os homens passaram a desenvolver um medo do vazio, um pânico diante do vácuo, um verdadeiro desespero quando estão diante de situações em que, de repente, não têm o que fazer. Parece que nos tornamos máquinas de funcionamento permanente, que não permitem descanso, que precisam funcionar no trabalho, em casa, no lazer, no esporte, no sexo, no sono, em todos os momentos, sem pausa. Estamos todos acometidos do mesmo mal, nossa doença é o horror ao vazio.

Horror ao vazio é o lema da nossa civilização tecnológica, é o dístico de nossa era, o grande slogan que está em todas as cabeças: fazer, fazer, fazer, jamais parar de fazer. De alguma forma nos sentimos máquinas, máquinas de operação ininterrupta, sem descanso, que precisam incessantemente ouvir o som das engrenagens, o tique-taque dos cronômetros, o movimento das correias, o girar dos discos, a lubrificação permanente. Temos de funcionar, funcionar, funcionar. A ideia de parar nos é aterrorizante, sufocante, ela sequer é considerada.

E isso, a tal ponto, que entrou em nosso inconsciente e ele também opera do mesmo jeito, nunca parando, continuamente produzindo seus materiais em nossas fantasias, em nossos sonhos,

em nossos comportamentos sempre sincopados, compassados, marcados ao ritmo do diapásão, ao som de uma caixa repicando o mesmo tiritar, a mesma batida, o som que nunca pára.

Por isso não suportamos o domingo, o feriado. “Funciona-se em regime quase automático. A angústia que provoca para alguns os domingos ou as férias – esse grande vazio a ser preenchido – nasce dessa ruptura momentânea de uma regra que entedia talvez, mas tranqüiliza”, diz Pascal Bruckner.

Não temos nenhuma tolerância para comportamentos que não acompanhem esse ritmo uniforme, cadenciado, essa parada militar na qual ninguém pode sobressair. Não temos paciência para atitudes e procedimentos que nos ponham abaixo, em situação inferior à máquina. Cegamente, desenvolvemos uma competição surda com ela, nos equiparamos a cada instante com seu funcionamento de tal forma que ela passa a marcar nossa vida. Queremos ser máquinas, nos irrita essa nossa corporeidade de carnes, órgãos, ossos, músculos, nervos e veias, a decadência física que nos espreita a cada ano que passa, não aceitamos isso, nosso desejo é de ser tão resistível e durável quanto as chapas de aço, os motores que nunca se esgotam, os mecanismos que raramente apresentam defeitos. Porque parece que eles venceram o desafio do tempo. Porque parece que eles não envelhecem.

Queremos ser máquinas, queremos que tudo em nós funcione bem lubrificado, que não desaponte, que esteja sob nosso comando. O sexo tem de funcionar, não podemos errar nos horários, na memória, não são toleradas falhas ou desvios. Queremos, na verdade, ser mais máquinas que as próprias máquinas, pois, afinal, fomos nós que as criamos; precisamos realizar nossa função, dar conta do solicitado, estar sempre de prontidão, não ser acometido de problemas psicológicos, de depressões, de angústias, de ansiedades, nada disso pode nos deter, afinal, somos um sistema perfeito.

Por isso também os sentimentos devem ser recalcados. Máquinas não sentem, não se enfraquecem com esse tipo de coisa, nunca ninguém ouviu dizer que um computador tivesse deixado de funcionar por um acesso de tristeza, meu carro jamais chorou por

ter descarregado a bateria. Devemos ser igualmente fortes, imbatíveis, nossos ídolos são os personagens do cinema que são igualmente meio máquina meio homem, que superaram todas essas nossas incomodantes fraquezas.

Seria a máquina, então, o “outro radical” do homem? Como assim, outro radical? É que antigamente, num passado bem distante, os homens viam em seus semelhantes, em seus “outros”, uma pessoa de apoio, de companhia, de ajuda, ou mesmo de rivalidade. Mas depois do século XX quando as máquinas deixaram de ser máquinas simples, mecânicas, sistemas pouco complexos como uma máquina de escrever, um arado, uma locomotiva a vapor, quer dizer, quando elas tornaram-se máquinas complexas, capazes de emitir respostas, de se autocorrigir, de criar soluções por conta própria, o homem começou a ver nelas o perigo. Elas poderiam ser mais velozes, menos perecíveis, mais poderosas e mais fortes. Aí então surge essa concorrência subliminar, absolutamente inconsciente que fez dos homens seres angustiados diante de um inimigo imprevisível.

Os homens tornaram-se, então, plagiadores das máquinas, seguindo seus passos, encantando-se com seu desempenho, invejando sua beleza e sua permanente disponibilidade. A máquina é aquilo que o homem não conseguiu ser. Tanto é que homens medem homens, avaliam-se entre si, julgam, ponderam, atribuem notas segundo um critério maquínico. Homens são tanto melhores quanto mais demonstrarem funcionamento sem problemas, desempenho, precisão. Não importam seus valores, suas idéias, suas crenças, sua religião, sua generosidade, sua simpatia, sua solidariedade, sua amabilidade, sua cultura; tudo isso é secundário, menor, faz parte desses seres inferiores que nós todos somos, produto de nossas fraquezas.

Mas voltemos ao horror vacui. O termo vem da era do Renascimento, há cerca de 500 anos, quando os pintores, diante de suas telas, não aceitavam, de forma alguma, deixar qualquer ponto, por mínimo que fosse, sem uma pincelada de tinta, sem uma cor. Era preciso ocupar todos os espaços, até mesmo os trechinhos microscópicos. Mas há outra explicação para a origem do termo,

que vem do filósofo francês René Descartes. Na filosofia sempre se perguntou se o espaço cósmico era ou não preenchido com um material, o éter, ou se entre astros e estrelas não havia nada a não ser o vazio absoluto. Se o espaço interplanetário fosse preenchido com essa matéria semelhante ao gás, o éter, então os corpos celestes não poderiam se manter em suas órbitas girando em torno do sol. Ora, mas se ele fosse inteiramente vazio, se há um nada, um vácuo, onde moraria Deus? – perguntavam-se os homens daquele tempo.

A questão do espaço sideral foi resolvida no século XVII quando Evangelista Torricelli demonstrou que não há nenhum espaço vazio. Aí então, o vácuo, que era visto como algo não-natural, já pôde ser aceito. Mas isso não tranqüilizou as pessoas. O medo do vazio levou a que no passado muitos homens se voltassem à religião e outros ao vício. Nos tempos atuais, o medo ao vazio sobreviveu fora do campo da religião e da psicologia, tornando-se um frenesi geral, dessa vez motivado pela técnica.

Por horror ao vazio ocupamos todo nosso tempo. A cada minuto estamos fazendo alguma coisa, temos de ocupar nossos olhos, nossas mãos, nosso corpo, nosso pensamento com algo. A um só tempo vemos televisão, comemos, conversamos, fumamos, balançamos a perna, nos coçamos, cutucamos o outro, fungamos, fazemos tudo o que é possível e impossível. Todos os nossos sentidos têm de estar preenchidos, como as telas dos antigos pintores. Nada pode ficar ocioso. Se estamos dirigindo, acendemos um cigarro, ligamos o rádio, atendemos ao celular, fazemos chamadas, testamos os instrumentos, damos uma olhadinha no jornal a cada parada, tamborilamos os dedos, cantamos ao volante, conferimos o penteado, mulheres retocam a maquiagem, não há limites para as atividades, quanto mais melhor. O importante é que não paremos, que não fiquemos “à toa”, que não sejamos surpreendidos pelo vácuo, pelo vazio.

O germe da ansiedade atacou a todos nós. O problema é que, como disse Emil Cioran, para o ansioso não existe diferença entre sucesso e fracasso; ele tem a mesma reação em relação a um e a outro, os dois o desarranjam igualmente. Somos ansiosos inclusive

na prática de esportes para tirar a ansiedade. Na caminhada, por exemplo, há aqueles que enquanto caminham precisam ouvir seu aparelho de CD ou seu rádio, aqueles que juntam o caminhar com o ato de levar o cachorro para passear, aqueles que caminham lendo (!) e há até as mulheres que fazem um cooper empurrando carrinho de nenê. Há os que caminham como touros, com o corpo dobrado para frente, os que caminham como militares marchando automaticamente, os que caminham olhando para o chão resolvendo problemas.

Somos todos ansiosos e o problema da ansiedade é que nunca paramos no lugar onde estamos, nunca assentamos, nunca relaxamos a máquina (e a vida passa à margem de nós, em outro lugar). Sêneca chamava os ansiosos de *occupati* e dizia que todos têm a alma voltada para o futuro. O problema, dizia ele, é que quando eles chegam ao futuro, o futuro já foi para outro lugar: em nós “a esperança desperta a esperança, ambição desperta a ambição, o atarefamento nos veda o lazer; nunca chegaremos a ele, sempre o desejaremos”.

Já na remota Antigüidade, época em que viveu esse filósofo, ele dizia que vivemos numa agitação desregrada, num aborrecimento, num redemoinho de uma alma que não se fixa em nada, nessa sombria impaciência que nos causa nossa própria inércia. E que esse mal de que sofremos não vem dos lugares, mas de nós mesmos, pois não temos força para suportar nada. Tudo nos inquieta e passamos uma vida ocupados em nada fazer. Um homem ocupado (diríamos hoje: apressado, angustiado) não pode se dedicar a nada, uma vez que seu espírito, ocupado com coisas diversas, não se aprofunda em nada.

Algumas pessoas que já identificaram seu alto nível de ansiedade predispõem-se a controlá-la procurando ser menos tensas, vigiando em certas ocasiões suas mãos, seus pés, seu corpo. Mas se enganam porque o ser ansioso não se realiza em alguns comportamentos. Um ser ansioso não é apenas aquele que tem aumento da pressão, taquicardias, suores quando sente que o tempo não vai dar, quando está atrasado para um compromisso, quando a coisa tem de ser feita a ferro e fogo. O ser ansioso o é 24

horas por dia sem o perceber; ele não dá tréguas, tanto nos atos apressados e agitados quanto naqueles em que nada o pressiona. Em todas as suas pequenas ações encerra-se uma dose microscópica de ansiedade que ele não vê e que não o incomoda, mas que está lá “residente”. De repente, você percebe que está fazendo tudo agitado demais: você lava as mãos, escova os dentes, se penteia, se troca, tudo agitadamente, mesmo quando está lendo, mesmo quando está fazendo exercícios para não ser ansioso.

É um ser sempre em estado de alerta, que se senta à mesa para comer e, de repente, se dá conta que os pés não se assentam por inteiro, que somente as pontas pisam o chão. Uma postura que indica que você se sentou, mas já está pronto para se levantar outra vez, não consegue deter-se no presente. E a síndrome se vê em todos os restaurantes pela quantidade de pessoas que comem balançando a perna. O presente é um momento, pelo visto, desagradável, ele é parada, é fixação, é morte para o ansioso. Na ansiedade, a pessoa não só não consegue “pousar” na situação, fazendo como os pássaros, que dão apenas pequenos toques na água do lago; o fenômeno que ocorre é de outra natureza: há uma compressão de forçar o tempo das coisas a se encaixar no nosso tempo, mas isso veremos no capítulo 8.

As pessoas que incorporaram a ansiedade como seu “pique” diário tampouco têm tolerância para os que não acompanham sua velocidade. No trânsito isso é flagrante: os que dirigem ansiosamente pressionam, forçam, agridem, põem em risco os motoristas que preferem perder tempo. E isso assume tais proporções que chega a ser visto como uma violência, um insulto, um enorme atrevimento uma pessoa dirigir um carro superpotente à baixa velocidade, como se a posse de uma máquina poderosa fosse automaticamente um compromisso com a ansiedade, como se não desempenhando tudo aquilo que a máquina é capaz praticássemos um ato de provocação aos outros motoristas, um verdadeiro acinte. É o mesmo que acontece com o barulho: você pode não fazer barulho e cultivar o silêncio na cidade, mas os barulhentos vão continuar a fazer o barulho que sempre fizeram e você só poderá enfrentá-los (ou atingi-los) pelo seu próprio barulho. O

enfrentamento só é possível na mesma linguagem do infrator. Você só se sobrepõe ao veículo que o acossa possuindo um veículo mais potente. Esse é o círculo vicioso da neurose.

E nas rodovias, a ansiedade não se mostra somente na velocidade, no oscilar frenético do velocímetro, nas arrancadas violentas. Somos ansiosos por praticar, também nas ruas, nosso horror vacui: nos incomoda um grande espaço vazio à nossa frente, uma distância muito grande do carro seguinte, isso é um desperdício de tecnologia, é preciso “comer” rapidamente esse espaço vazio, esse vácuo ocioso em nossa frente. Por isso aceleramos e nos incomodamos com o motorista mais à frente que deixa longos trechos vazios de estrada sem “superá-los” como deve. Incomodamo-nos com sua lentidão, com sua velocidade fora do tempo, culpamos seu carro, sua “tacanhez”, sua falta de espírito de civilidade por ele dançar fora do ritmo, por se desalinhar da tropa, por desafinar, em suma, por ser um infeliz que torna todo mundo neurótico.

O urbanista francês Paul Virilio disse certa vez que a equiparação do homem à máquina talvez não viesse da capacidade de as máquinas se desenvolverem para atingir o mesmo estágio que os homens, mas, ao contrário, do atrofiamento das capacidades humanas para atingirem a imbecilidade das máquinas. Pascal Bruckner diz que sob a calma enganosa de nossas vidas descoloridas acontece uma guerra dissimulada em que a ansiedade nos atira num estado de tensão sem intenção. Diz ainda que isso nos leva a um “cansaço abstrato” que tem que ver com a vida cotidiana. Quer melhor exemplo disso, diz ele, do que o telefone celular? Para ele, é o desenvolvimento tecnológico que põe um ultimatum a todo aquele que não adere a ele: “Vocês serão descartados do grupo! Equipado com seu bip, com seu celular, com seu toca-CDs, com seus fones de ouvido e proximamente com microchips no cérebro, com telas nos olhos, o novo homem protético, conectando a todo momento, liga-se ao conjunto do mundo, tem tudo de um soldado que faz uma guerra sem fim”.

Estaríamos todos nessa espécie de “inércia frenética”, agitação múltipla que nos dá a ilusão de atividade, de vida, de vivência real.

Contraste gigantesco com a falta de novidades em nossas vidas, com a rotina torturante, com o fato de que, o que quer que a gente faça, nada mudará esse cotidiano cansativo. Por isso essa fuga interminável do vazio, do vácuo, pois ele nos amedronta, nos desespera; ele nos sentaria vigorosamente no presente e nos faria vivê-lo!

Em vez de sentirmos a presença invisível de um imenso relógio na parede, denunciando-nos os minutos, as horas que estamos perdendo com essa conversa com nosso amigo, com nossos filhos, com as pessoas que vêm falar conosco, em vez de percebemos em toda parte os olhos desse deus-velocidade a nos vigiar e a nos cobrar rapidez, troca contínua de situações, saltando por cima de coisas atrás de coisas, em vez de nos submetermos voluntariamente a esse terror do vácuo, um dia poderíamos começar a sentir o tempo, o presente, o prazer da permanência, do não-pensar-no-futuro, do deixara-coisa-passar. A satisfação de poder perder tempo e sentir um gosto novo de, pela primeira vez, estar presente no planeta.

No capítulo 2, comentamos o filme *Meu jantar com André*, de Louis Malle. Numa certa altura de um diálogo entre os personagens André e Wally, este diz a André que devemos fazer coisas, que isso faz parte da estrutura humana, que não ficar fazendo nada parece ser um absurdo. E André responde que é exatamente esse o problema: ficar sempre ativo, fazendo coisas. Ele diz que ficar fazendo coisas o tempo todo é estar morto por dentro.

Todos nós estamos “mortos por dentro”, mortos que continuam a se mexer, como as unhas dos cadáveres que continuam a crescer, como a madeira que mesmo depois de tornar-se móvel ainda “trabalha”. Somos mortos e ainda não nos demos conta, mas mortos de um tipo de morte diferente, que permite que sejamos reanimados, revivificados, ou seja, ressuscitados. Nossa morte é por letargia, uma espécie de estado stand by que aguarda o tempo todo um sinal para se recompor. Como as peças de inflar, encolhidas, atrofiadas, endurecidas, esturricadas, paralisadas, que a um simples ato podem recuperar maravilhosamente toda sua forma e graça.

As paredes, as portas, as pessoas, tudo isso é matéria, mas a matéria, em verdade, é uma ilusão, ela não existe.

O DESESPERO DO NADA-PODER-FAZER

Somos todos, uns mais outros menos, acometidos de medo do nada, terror diante do vazio, com se estivéssemos num avião que entrasse numa zona de vácuo e lá começa-se a trepidar. Isso nos atemoriza porque sai da rotina, quebra a linearidade, nos joga numa situação para a qual não temos necessariamente respostas prontas. É um temor diante do incerto. Mas é só do incerto que pode vir o novo, a transformação, o enriquecimento.

Estudiosos de teoria dos sistemas dizem que nós todos seríamos originalmente sistemas “fechados”, separados do mundo por uma membrana defensiva, e que tudo o que acontece em nosso entorno seria apenas “irritações” que não conseguem mexer com a gente. Vimos algo disso no capítulo 2. Mas só evoluímos e progredimos se absorvermos esses “ruídos” que vêm de fora e os integrarmos em nosso sistema. Portanto, o segredo da evolução dos sistemas, a lógica de seu salto qualitativo, a fórmula pela qual nos tornamos mais desenvolvidos é sabendo apreender essas informações do mundo externo, trabalhá-las e com isso atualizar nosso próprio “sistema”, isto é, nós mesmos. Assim, crescemos, nos tornamos mais maduros, mais aptos para a vida, mais compreensivos, generosos, sábios. Incorporando, adaptando e reformulando sempre nossos sistemas internos.

Mas isso é muito difícil para a maioria das pessoas, pois exige mudança de hábitos, de maneiras de ser, de posições no mundo. Se bem que, estamos sempre mudando. É só nos lembrarmos de como éramos tempos atrás, no passado, para perceber como nossas

opiniões se alteraram, como algumas coisas que víamos como erradas agora vemos como razoáveis e vice-versa.

Mudamos o tempo todo. Mudamos nossos hábitos, adquirimos novos modismos, alteramos nossa forma de falar, assimilamos novas palavras, transformamos a maneira de julgar os outros, repensamos nossa posição política e, mesmo as idéias de fundo, aquelas que têm que ver com nossa moral, nossos valores, nossos princípios, estão continuamente sujeitas a revisões. Somos influenciados por pessoas cuja opinião respeitamos, por livros que lemos, por filmes a que assistimos, por fatos significativos que acontecem em nossas vidas. Somos influenciados pelas mudanças no mundo, pelos novos hábitos e pela época. Nada em nós é permanente, mas, mesmo assim, temos medo do novo.

É confortável ter uma opinião assentada, o mesmo modo de agir para as mesmas situações, conservar os hábitos, preservar certas atitudes e comportamentos. É confortável porque isso nos dá a sensação de segurança: tenho um chão firme sob os pés, estou enraizado em um solo que me mantém como uma árvore, nada irá me mover daqui, estou “estruturado”, tenho minhas certezas.

Mas, se olharmos atentamente, veremos que essa tendência é a mesma do pensamento que parou no tempo, que se fecha em dogmas e se nega a se atualizar, em que as idéias se tornaram enrijecidas, petrificadas, viraram leis férreas e imutáveis. E esse estado em que nada mais se altera não é outro senão o de um corpo e de uma mente mortos. O morto já não se transforma, no máximo se decompõe, mas nenhuma vida mais anima esse ser. O sopro vital se foi. Porque a vida é exatamente o contrário, ela é movimento, troca com o ambiente, contato, intercâmbio, comunicação, dar e receber, aprender e ensinar, vivenciar e repassar, em suma, é participar do mundo.

As pessoas que sofrem mais acentuadamente do horror ao vácuo dão a impressão de serem exatamente as mais vivas: elas se viram, se mexem, se agitam, se excitam, se balançam, se viram, se abaixam, vibram, remexem, não param nunca. Mas estão, como diz André Gregory, do filme citado, “mortas por dentro”. Elas são puro movimento, movimento repetido, viciado, interminável, caótico.

Porque a vida não é essa repetição mecânica, essa agitação frenética para o nada, esse saltar de cena em cena sem parar em nenhuma, esse estar sempre ausente nas situações presentes, essa fuga constante e interminável. A vida acontece no lento.

Começamos a viver quando efetivamente paramos. Quando a poeira assenta, quando sentimos todo nosso corpo presente na cena, quando relaxamos e temos, assim, a possibilidade de ver o outro, ouvi-lo, observá-lo, entrar em suas idéias, sentimentos, humores. Aí começamos a entrar no mundo. Daí sentimos que há outras pessoas, que há um mundo acontecendo, um mundo do qual estivemos ausentes, um mundo que não conhecíamos.

E esse mundo, por ser novo, por significar troca com os outros e com a cena, por nos expor, por nos abrir a novidades, nos assusta. Porque a própria vida nos assusta. Assusta-nos e fascina-nos. É o jogo entre o empolgante, o maravilhoso, o especial, o único, que são as verdadeiras experiências de vida, e nosso próprio processo de acolhimento desse novo. É aí que se começa a viver. Pode-se ter 30, 40 ou 60 anos, não importa, a vida efetivamente vivida pode começar a qualquer momento. E para muitos, jamais começa. São as pessoas que passaram pelo planeta como turistas, olharam o mundo da janela de seu ônibus de viagem ou da janelinha bem alta de seu avião. Passaram e não pararam. Não quiseram perder tempo.

Viver o vazio, o vácuo, nada tem que ver com viver o tédio. Ao contrário, o tédio está com as práticas agitadas e frenéticas do horror vacui. Adquirimos tédio porque nada do que se faz tem graça. Nós o fazemos por hábito, pelo próprio ritmo, giramos o tempo todo em falso como um disco quebrado. E, naturalmente, numa vida que é só movimento, tudo é muito monótono. Monotonia no movimento, tédio na agitação, fastio, aborrecimento. Pascal dizia que os homens têm tédio porque não gostam de pensar em si mesmos, porque pensar em si mesmos, diz ele, mostraria a desolação de sua existência. Os homens acreditam buscar sinceramente repouso, mas na verdade só buscam agitação.

Mas quem falou que o contrário da vida agitada é o repouso? Ninguém está falando disso. A intenção deste livro não é ensinar às

peessoas matar o tempo. O importante é dar-se tempo, usar o tempo para viver, para viver plenamente, e isso não significa repousar, absolutamente.

O importante é apreciar o vazio. Não é ficar “olhando no vazio”, ficar disperso, “no mundo da lua”, absorto, fechado em seus próprios pensamentos, catatônico, isolado do mundo. Esse comportamento que os psicólogos chamam de autista, daquele que vive ignorando o outro, desligado da realidade, doentivamente introvertido, autocentrado, é, antes, sintoma dos doentes extremos de horror vacui: quando me agito, quando busco fazer muitas coisas ao mesmo tempo, quando não paro e só penso em mim mesmo, o mundo não existe, eu só o toco superficialmente, epidermicamente, sou um autista.

Apreciar o vazio, ao contrário, é entrar na densidade do mundo, das pessoas, dos relacionamentos. É fazer uma imersão. O contrário do autista frenético e agitado. E, se pensarmos bem, o vazio na verdade compõe todo o nosso mundo. Ele está em toda parte como espaço verdadeiro. Dizia o filósofo francês Maurice Merleau-Ponty, especialista em percepção, que deveríamos olhar as coisas e considerar as coisas e o vazio entre elas.

Porque, caro leitor, o mundo, em realidade, é basicamente formado pelo vazio. Joachim-Ernst Berendt conta-nos em sua obra Nada Brahma, já mencionada no capítulo 5, como a física subatômica encontra-se com a sabedoria oriental antiga na aceitação, por ambas, de que o mundo, a vida, tudo enfim não passa de vazio e ritmo. As coisas que vemos, por exemplo, esses objetos à nossa frente, as paredes, as portas, as pessoas, tudo isso é matéria, mas a matéria é, em verdade, uma ilusão, ela não existe. Vamos ver porquê.

Se olharmos nosso próprio corpo com um microscópio eletrônico, o que perceberíamos? Aquilo que vemos inicialmente como nossa mão, nossas veias, nossas unhas, nossa pele, quando ampliadas por esse microscópio, começa a se “dissolver”, isto é, vemos em nosso corpo as fibras musculares como se fossem cristais, elas tornam-se longas e bem ordenadas espirais de moléculas, moléculas que balançam como o trigo ao vento num campo aberto.

Elas oscilam por ondas invisíveis que pulsam bilhões de vezes por segundo.

Chegando mais perto dessas mesmas moléculas, vemos que elas compõem-se de átomos, que são microscópicas esferas vagas, pouco claras, dançando nas moléculas em seus lugares específicos, trocando posição com suas parceiras, ritmadamente. Se nos aproximamos desses átomos, o que são eles, na verdade? Notamos, pelo microscópio eletrônico, que em seu exterior há uma nuvem de elétrons e que se abrimos a “casca”, percebemos que dentro não há nada. Mas sabemos, diz Berendt, que há lá um núcleo, então onde estaria? Damos uma olhada geral no ambiente e encontramos, sim, um núcleo, pequeniníssimo, enfim, lá há algo de matéria! Mas, não! É ilusão, quando nos aproximamos do núcleo do átomo vemos que ele se desfaz: ele não passa de um campo oscilante de ondas rítmicas. No interior do núcleo há prótons e nêutrons e partículas ainda menores, mas, se chegamos bem perto delas, elas se desmancham em oscilações e vibrações.

Para se ter uma idéia da proporção de tudo isso, imaginemos um edifício bem alto, de mais de 50 andares, e digamos que isso é um “átomo”. O tamanho do núcleo desse edifício-átomo seria mais ou menos o mesmo que um grão de sal, vibrando numa velocidade de 60.000 quilômetros por segundo. Pensemos, agora, numa pessoa de 70 quilos. Se pudéssemos comprimir todos os núcleos atômicos dessa pessoa, seu tamanho se reduziria a um minúsculo pontinho numa cabeça de alfinete, mas seu peso seria de 70 quilos e teria uma energia potencial de deslocamento capaz de remover toda uma montanha.

Diz esse estudioso que os cientistas ainda procuram a base, o fundamento, o elemento constitutivo do mundo material; afinal, onde está o sólido? Por isso eles pesquisam partículas infinitesimais, unidades subatômicas chamadas quarks, que uma vez aproximadas também se perdem. Não têm nenhuma rigidez, pouco se sabe de sua velocidade e de sua posição, parece que são apenas relações e vibrações. Em suma, o corpo não passa de vazio e ritmo, apenas de “dança”.

Nisso a moderna física subatômica estaria bem próxima do budismo para quem a forma é o vazio e o vazio é a forma. O budismo fala da “recuperação do vazio”. Os pensadores dessa filosofia dizem: “Unifique sua atenção. Não escute com o ouvido, mas com o coração; não escute com o coração, mas com a alma. Que aquilo que você ouvir não deixe ultrapassar suas orelhas, que seu coração se concentre. A alma estará então vazia e captará a realidade” (Chuang Tseu).

Os orientais falam do vazio porque dizem que o homem estaria demasiado “cheio” a ponto de não poder perceber o mundo. De fato, ele vive com excesso de movimento, de atividades concomitantes, de informações, de preocupações, de necessidades, de buscas. O mundo torna-se um painel luminoso com pontos brilhantes o tempo todo, cada um atraindo a atenção mais do que outro, todos alucinando a vida da pessoa, apelando, chamando, seduzindo, sugerindo, hipnotizando, evocando, dizendo: Venha!, como a sereia da viagem de Ulisses, que o atraía para destruí-lo.

E as pessoas vão... Tentam dar conta de tudo, passar por tudo, não perder nada, tudo experimentar, tudo vivenciar, em tudo participar, pois com tanta oferta de coisas, como é possível perder alguma? Mas nossa capacidade é limitada. Não temos condição de dar conta de tudo. Embora queiramos, não somos máquinas. Nossa condição é diferente, não precisamos chegar à imbecilidade delas, como disse Virílio.

E o aumento de atividades, sua multiplicação infinita, sua reprodução desordenada, essas milhares de coisas que temos de fazer, que precisamos dar conta, que nos inundam, são feitas apressadamente, de afogadilho, não importa como, o que importa é que se faça. E a vida resume-se nessa massa de experiências mal-vividas, nessas pessoas mal-amadas, nessa existência mal-sentida. Isso tudo porque não podemos perder tempo. Tempo, a única coisa que teremos acumulado na vida, tempo ganho para investir em novas agitações frenéticas, para ganhar mais tempo.

Mas é no vazio que as coisas acontecem. Quando uma hélice de avião gira, percebemos um círculo, um disco em movimento, as ondas vibratórias, parece até que ele de fato existe. Mas o disco não

existe, ele é produto do movimento giratório da hélice. Como nosso corpo, como as matérias, como a densidade dos objetos e das construções, nada disso existe, mas apenas vazio e ritmo, apenas a dança das coisas. A verdadeira eficácia, diz Lao Tsé, está onde não percebemos nada.

Somos seres que têm angústia para terminar as coisas, para levá-las a um fim, para realizar aquilo a que nos propusemos, mas, quando a realizamos, o vazio nos angustia. Olhamos somente para o fim, a consecução, o ponto de chegada, mas, como o próprio nome diz, “fim” é onde a coisa acaba, é a morte. Olhando fixamente para a meta, para o fim da estrada, não sentimos a estrada, nem nossos pés, nem nosso corpo. Não percebemos nossos passos, o vento que sopra em nossa direção, os sons dos pássaros no caminho, as casas, as árvores, nada. Isso que forma o conteúdo substantivo da vida passa despercebido, pois só temos olhos para o ponto de chegada. E, ao chegarmos lá, nos angustiamos, porque paramos diante do nada. E o nada aterroriza.

Mas é na ocupação dedicada, intensiva, atenta com as coisas que as podemos de fato sentir. Sonhos e meditações são formas de deixar as coisas aparecerem. Nessas formas, as coisas mostram-se por si mesmas. O sonho, por exemplo, é uma narrativa estranha, um meio sem mensagem, sem intencionalidade, sem destinatário, é a alma mostrando-se a si mesma, fabricando por conta própria narrativas, fazendo-nos poder, enfim, vê-la. No sonho, somos os protagonistas de uma história que nós mesmos não engendramos, não criamos, não inventamos. Por isso ele nos impressiona, pois nos faz ver aquilo que de outra forma não veríamos. Mas é inútil tentar decifrar, pois não é um código, não é uma língua, não é uma comunicação cifrada. É apenas nosso ser obscurecido, recalcado, oprimido, comprimido pela nossa racionalidade que não quer que na vigília as coisas apareçam, quando o mais belo da vida parece ser deixar que a natureza, as pessoas, os sentimentos, as emoções de fato afluam, quebrem a barreira de nossa carcaça e encham nossa vida de luz.

Quando nos abrimos ao cosmo e às inesperadas surpresas da natureza, a sensação é de plena abertura da concha, de dissolução no todo, de diluição no infinito.

O DIA EM QUE AS MÁQUINAS PARARAM: A REVELAÇÃO

De repente, nos damos conta que passamos uma vida inteira procurando ganhar tempo. Deixamos de viver porque precisávamos correr, agir rápido, ultrapassar os demais, fazer as coisas velozmente, saltar fases, queimar etapas, atropelar às vezes; aquilo que nossa mente projetava como futuro era sempre mais importante que o presente. E, com isso, acumulamos uma enorme quantidade de tempo, porque o tempo todo fomos lucrando uns minutinhos aqui, algumas horas ali, alguns momentos acolá, outros em outra parte. Acumulamos uma reserva enorme de tempo não vivido, vivências transferidas, prazeres e relacionamentos adiados para algum dia, talvez. Esse é nosso capital. Uma montanha imensa de tempo retirado da vida, que fomos, assim, empilhando um pouco hoje, outro pouco amanhã, mas – e agora? –, de que nos serve todo esse tempo que ganhamos?

De repente, uma sensação estranha de que não fizemos outra coisa na vida senão adiar. Transferimos tudo para mais tarde, mas, fazendo neste momento um balanço, que coisas nós efetivamente vivemos? Quanto demos de atenção à pessoa amada? Aos filhos? Aos pais? Aos amigos, que sempre reclamamos que não nos procuram? Quanto nos divertimos nas últimas férias? Quanto de prazer tiramos de nosso próprio trabalho? E vem aquele sabor amargo de que estivemos ausentes em tudo e isso nos aterroriza.

Será que, de fato, vivemos? Será que as pessoas que viveram conosco notaram nossa presença? Ou fomos apenas alguém de quem os outros não se lembram, de quem não têm nenhuma recordação feliz, que passou pelos ambientes e pelas pessoas como um espectro?

Nós nos imaginamos abrindo o armário de nossa casa e pedaços de tempo começando a cair sobre nossa cabeça. O armário já não comporta tanto tempo guardado, está abarrotado. Observando bem, percebemos que lá estão todos os tipos de tempo, ou melhor, estão tempos tirados de todas as formas de vivências: tempo do trabalho, tempo daquela transa muito rápida, tempo das férias em que ficamos trabalhando. E, em cada um desses farrapos de tempo que saltam do armário, estão colados pedacinhos de vida que foram arrancados dele, pedacinhos de felicidade mofando.

Mas tudo isso não nos chamaria a atenção se todo esse tempo ganho não significasse para nós, também, a corrosão de nosso próprio corpo. Eu só vou perceber, de fato, a vida que estou perdendo quando um sintoma físico anunciar em meu corpo que toda essa correria, todo esse desespero, a vida maluca de correr o tempo todo para ganhar tempo acabam repercutindo no meu corpo físico e o destruindo, quando fica claro para mim que essa vida agitada não é inocente, que mata as vivências agradáveis, mas não pára aí: também meu estômago vai sendo devorado.

Aos poucos vamos aprendendo que o corpo não é uma máquina, que ele tem seu funcionamento próprio e reage conforme nossa saúde mental. Que uma mente danificada emite, sem que saibamos, mensagens para os órgãos, e estes vão cuidando de retransmitir esses sinais negativos a outros. Nós envenenamos nosso próprio corpo com os vícios de nossa mente. O processo se dá em cadeia.

Mas como funciona nosso aparelho mental? Consideremos o seguinte: quando estamos descansando, tranquilos, o cérebro também está aparentemente em repouso, realizando apenas as funções autônomas, que não dependem da nossa vontade, que ele executa automaticamente. Quando estamos despertos, ele volta à ativa, estamos passeando, trabalhando, assistindo televisão,

jogando bola, fazendo incontáveis atividades. Agora, imaginemos o trabalho do cérebro quando temos diante de nós uma tarefa.

Já vimos no início deste livro o quanto as “tarefas” impregnam nosso sistema nervoso e os demais sistemas do corpo. Você há de se lembrar, caro leitor, do exemplo da escola no primeiro capítulo, assim como o do trabalhador cuja tarefa é levantar uma parede em três horas. Pois bem, pensemos numa tarefa, pois ela funciona para nós sempre considerando também o tempo. Se temos um trabalho pela frente – não precisa ser só trabalho, pensemos também numa comida, numa corrida, numa transa sexual – nós o relacionamos com o tempo. Eu leio este texto em 30 minutos, por exemplo; a corrida até o centro eu faço em 25 minutos; essa transa dura 15 minutos. A fixação de um tempo na cabeça da gente para fazer algumas dessas atividades significa um acoplamento das ocupações, que são pessoais, internas, com um sistema mecânico, como o relógio, que é algo estranho a nós. Recordemos um pouco o que foi falado no início do livro sobre o tempo concreto e o tempo abstrato.

No tempo concreto eu vivo a coisa sem pensar no relógio, eu a aprecio, eu a “curto”, ela passa e eu sinto que ela “voa” ou então que “não acaba nunca”. É o meu prazer ou meu tédio que determina a duração da coisa e isso é diferente para cada pessoa: para mim, o filme a que eu e meu colega assistimos pode ter sido maravilhoso e ter passado como um “pst”; para meu colega, que estava achando uma chatice, o filme não acabava nunca. Mas, veja, era exatamente o mesmo filme de duas horas que nós dois víamos.

Muito bem, o que nos estressa é esse jogo entre o tempo da coisa, que é o tempo que tem de durar uma tarefa, um trabalho, uma ocupação qualquer, e o tempo que nós queremos lhe fixar. Dito de outro modo, se eu estou lendo um livro e faltam dez páginas, mas eu só tenho cinco minutos, eu vou correr para ler rápido e terminá-lo a tempo. O que aconteceu? Eu “ganhei tempo”, eu corri, eu me estressei, eu possivelmente pouco apreendi do livro, eu forcei meu corpo, desgastei-o, pois meu cérebro precisou enviar mensagens de emergência ao corpo para reagir à minha ordem de

me livrar rapidamente do livro. Meu ritmo normal e sereno foi prejudicado.

Vejamos isso melhor: um cérebro, que estava tranqüilo, lendo um livro, trabalhando em seu tempo, funcionava como uma máquina regulada. No momento em que o acelero, ele passa a consumir mais energia e entra em ritmo de estresse (isso não acontece só com um livro, mas ocorre também em situações gerais de nervosismo, irritação, ansiedade, contrariedade, briga, discussão etc.). A nova situação já não é tranqüila, mas excitada. O tempo normal de leitura foi sacrificado, ele foi apertado, comprimido. É como pôr uma coisa num recipiente menor do que cabe, como enfiar o pé num sapato menor que seu número, é como inflar uma câmara de ar com mais do que ela comporta: falando de tempo, é o mesmo que querer encaixar 30 minutos dentro de 5 minutos.

Sem que percebamos, no momento em que o nosso pensar consciente (aquele que diz para si mesmo: “Devo terminar o livro agora”) repassa para nosso sistema inconsciente a preocupação nova, gera-se instantânea e inconscientemente um mal-estar interno diante da nova situação: “Darei conta disso?” Chamamos a isso de ansiedade. Nós não percebemos nada disso, porque são mecanismos que relacionam níveis diferentes de nossa mente e têm autonomia própria, mas podemos sentir fisicamente as reações no aumento das pulsações, das batidas cardíacas, em suores, e algumas pessoas o sentem como “queimações” no estômago.

Quando estamos intranqüilos, inseguros, tensos, produz-se uma alteração nos centros nervosos do cérebro que, assim, leva a falsas regulagens e ao estreitamento de vasos sangüíneos, o que atrapalha a irrigação sangüínea do tecido. Vejamos como acontece no estômago, primeiro órgão a sofrer com a ansiedade e a agitação: o suco gástrico é produzido um pouco antes e um pouco depois da suas curvaturas (a maior e a menor) e um pouco antes do duodeno; estes são os trechos mais sobrecarregados do órgão. Um sistema nervoso facilmente excitável, com irritação e tensão nervosa permanente, contrai os vasos sangüíneos e prejudica a irrigação do órgão, que com isso fica mais indefeso. A mucosa do estômago, assim, com sua resistência enfraquecida pela má irrigação na parte

mais fatigada, formará uma pequena ferida e estará vulnerável diante da ação do suco gástrico, que por possuir alto teor de ácidos, “digere” o próprio estômago no ponto lesionado, formando assim a úlcera.

Ora, então, por que, quando só estamos nervosos e não estamos comendo, o nosso cérebro gera a mensagem de produção do suco gástrico que atua sobre um órgão mal irrigado? É que, para ele, devorar o tempo é interpretado da mesma maneira como se fosse devorar uma comida. Os sistemas postos à disposição são os mesmos. A mente desloca a função de um objeto físico (o alimento) para uma atividade (a leitura rápida). Psiquiatras chamam a isso de “deslocamento”. Quando ordenamos a nós mesmos: “Devo terminar este livro agora!”, nós nos enrijecemos, o corpo organiza-se mais do que é necessário, há uma sobrecarga de energia nos órgãos para compensar a preocupação em exagero. Como tenho dúvidas se darei ou não conta de minha exigência, reforço minhas salvaguardas e sobrecarrego o corpo. A energia desmesurada sobre um órgão e a sobrecarga o fazem trabalhar no limite de suas funções, desgastando-o. O corpo se devora.

E, assim, as pessoas vão começando a ver que sua prática de vida, fazer tudo rápido, “voando”, apressadamente, sob o esquema de ganhar tempo de todas as maneiras não é assim tão inseqüente. Além de nossa alma não viver, percebemos que o corpo começa a adquirir doenças. A prática de não perder tempo mata. Por isso, as pessoas começam a ficar preocupadas: “Preciso reduzir o estresse nisso, controlar aquilo, ou, então, vou me operar, preciso de uma intervenção imediata!” Mas isso não irá resolver porque o mecanismo de devoramento interno não foi atingido, mesmo depois de um alívio momentâneo com remédios, mesmo depois da cirurgia, a máquina infernal reinicia seu trabalho de destruição de nosso corpo.

É nesse momento que as pessoas sentem que precisam começar a ouvir seu corpo, ficar atento ao surgimento individual de cada sintoma e cuidar para que ele não estresse. São fatores estressantes, por exemplo, trabalhar com algo que não seja agradável, mas que deve ser feito por ser obrigatório. Nesse caso,

nos forçamos a produzir algo contra a nossa vontade. Da mesma forma, é estressante querer liquidar rapidamente um trabalho, fazendo a toque de caixa, saltando partes. Um trabalho agradável não cria ansiedade, como tampouco um trabalho desagradável, por si mesmo. O estresse vem quando se associa o trabalho incômodo à vontade de saltar etapas, de correr mais rápido que o tempo concreto.

Nosso corpo emite sinais de alarme. Imaginemos uma situação em que estamos trabalhando natural e tranquilamente, sem a pressão do estresse, com prazer. Nesse exato momento, olhamos o relógio e percebemos que só nos resta meia hora para concluí-lo. Que acontece? Essa informação desencadeia o processo de ansiedade citado acima, mas não nos damos conta disso imediatamente. Nosso ritmo interno é que muda, um fator novo, imprevisto, surgiu e nos alterou. Nossa reação imediata é afrontar esse fato, é não aceitá-lo, é tentar derrubá-lo. Pensamos: “Ainda posso fazer mais um pouquinho”. E aí, evidentemente, na arregimentação de forças para a resistência, entramos no regime do estresse, com o corpo enviando seus sinais para os órgãos, comprimindo-se, tentando corrigir esse nosso “abuso”, consertando aquilo que estragamos. Não queremos perder tempo e com isso entregamos nosso corpo ao sacrifício.

Numa situação como essa, a alternativa à determinação “Vou fazer esse trabalho dentro da meia hora que me resta”, pode se inverter a postura: “Passarei nesse trabalho o tempo que for necessário, termine hoje ou não”. É uma forma de não confrontar, de não desafiar a coisa, mas de respeitá-la em seu tempo, trabalhar com ela. Dessa maneira, consegue-se reduzir parcialmente o estresse, pois manda-se uma contra-mensagem ao cérebro, tentando anular a mensagem anterior, até o ponto em que podemos interferir nisso.

O grande mal da civilização moderna é o fato de que as pessoas submetem-se cegamente ao tempo abstrato e tentam acomodar tudo na vida a ele, quando, na verdade, a única temporalidade efetivamente natural e humana, aquela que não nos mata, é o tempo concreto. Perder tempo, portanto, significa perder um pouco

mais de tempo com as coisas. Significa: respeite o próprio tempo, a temporalidade das próprias coisas, submeta-se ao tempo delas, seja objeto delas, não seu sujeito. Por outro lado, perder tempo não tem nada que ver com matar o tempo. As televisões nas salas de espera, por exemplo, são formas de matar o tempo, pois com isso nada aproveitamos, não usamos esse tempo de uma forma produtiva a nós mesmos, mas ficamos ali, como estúpidos assistindo a programas que não levam a nada.

Falar em perder tempo significa também uma completa reordenação do planejamento do dia. Quem resolve mudar vê que será preciso fazer escolhas. Estamos acostumados a aceitar e a querer realizar muito mais do que de fato necessitamos, da mesma forma que o mau hábito nos ensinou a comer muito mais do que o corpo realmente necessita. Desde o momento em que a pessoa coloca como lema de vida “perca tempo”, ela deverá promover uma total reordenação de suas atividades, pois demorará mais tempo naquilo que sempre fez dentro de um certo tempo e terá de excluir algumas ocupações de seu programa diário. Ela já não pode fazer tudo que fazia antes, se bem que “fazia” não é bem o termo, pois ela não fazia exatamente, mas livravase das coisas. Algumas vezes vemos pessoas no restaurante almoçando ou num café comendo um bolo e sentimos que elas vêem a comida como uma inimiga, como algo que deve ser liquidado, exterminado o quanto antes; elas não comem, elas precisam acabar com ela, devorá-la.

Uma pessoa que aceita o fato de que deve perder tempo na vida já está sofrendo uma transformação. Em primeiro lugar, a ordem de precisar ser sempre ativa em todas as oportunidades começa a definhar, ela está começando a entrar em contato com as delícias e os prazeres da passividade, do receber em vez de eternamente produzir, do abrir-se em vez do travar-se, da incorporação em lugar da expansão. Nossa cultura tornou-se muito pouco propícia ao receber, ao deixar entrar, ao inspirar, ao acolher, ao recepcionar. Tudo aquilo que atavicamente era característica feminina (atávico é algo ligado a épocas remotas, imemorais), como o acolhimento, o fazer entrar, o introduzir, o receber, mas também o admitir, o aceitar, o integrar, o adotar, são relegados em nossa civilização a atitudes e

comportamentos raros e suspeitos. Perdemos a capacidade de receber. Nós nos desacostumamos do ato de acolher o novo e nos reformularmos. Ficou fora de uso a virtude de incorporar o outro, o novo, o diferente. Isso nos tornou retrógrados, preconceituosos, reacionários, racistas.

Naturalmente, receber o que vem de fora não tem nada que ver com as coisas materiais, como alimentos, dinheiro, objetos etc.; aqui se trata do deixar entrar nos sentidos, do alimentar-se de mundo, do deixar as sensações, as impressões, as cores, as brisas, os movimentos da natureza penetrarem em nós, misturarmo-nos neles, dançarmos a dança deles, tornarmo-nos unos com toda a natureza e o universo.

Nossa cultura estranha tanto as formas de culto à passividade que sempre que pretendemos parar de agir, parar de interferir no ambiente, parar de nos movimentar, parar de mexer, remexer, se virar, tendemos a dormir. Não sabemos o que é o parar atento, o estado de serenidade plena do espírito ao mesmo tempo desperto e ligado. Isso nos falta aprender. Ser passivo, ao contrário, vincula-se a aprender ou reaprender a soltar o corpo, a relaxar os músculos, a abrir todos os poros, todas as nossas janelas, permitir-se todas as entradas, é sermos surpreendidos com o que vem de fora como quando a brisa fresca do amanhecer nos recepciona com toda sua energia, como quando a fragrância de novas flores nos apanha de improviso no caminho que sempre trilhamos e onde nada sentíamos. Ser passivo, em suma, é desarmar-se diante do outro, diante do novo, diante de nossa própria transformação.

Quando nos abrimos ao cosmo e às inesperadas surpresas da natureza, das coisas e das outras pessoas, quando relaxamos nossos controles e nossos músculos, quando nos tornamos serenos e tranquilos, permitindo a entrada de todos os sons, os perfumes, as brisas, os sinais externos sobre nossa pele, a sensação é de plena abertura da concha, de dissolução no todo, de diluição no infinito, decompondo-nos na imensidão que nos envolve. No momento em que incorporamos e, mais ainda, em que sentimos efetivamente essa sensação, a própria idéia de morte deixa de ser tão trágica, visto que ela também é uma forma de nossa dissolução no cosmo.

A constatação automática é que é no receptivo, no passivo, no entregar-se que a vida se mostra em toda sua plenitude e extensão. É no lento que a vida acontece. O melhor da existência se dá em câmera lenta, apreciando, sentindo, desfrutando, percebendo cada pequena parte, cada trecho, cada elemento, cada detalhe. A verdadeira vivência desdobra-se na lentidão, nas coisas feitas com cuidado, esmero, atenção, sensibilidade, acuidade, delicadeza, paciência, tranquilidade. Tudo o que vale a pena ser vivido só se passa no lento, o resto é corrida sem sentido, o resto é morte.

Os franceses têm uma expressão que nos leva a múltiplos sentidos. Nas estradas e nas autopistas há, vez por outra, uma placa dizendo: Roulez doucement, quer dizer, literalmente, “viaje, dirija devagar”. Mas a palavra doucement, aqui usada como “devagar”, significa também “com doçura”, isto é, sem empregar grande energia, sem pressa, sem violência. Levemente, delicadamente, lentamente. É isso: podemos levar a vida “docemente”, podemos dirigir docemente, podemos conviver docemente.

É natural que o resto do mundo não esteja doce, nem sem pressa, muito menos sem violência. Mas você vai observar, caro leitor, no próximo capítulo, que fazer as coisas docemente é uma forma de reverter um hábito constante em nossos relacionamentos com os outros, marcado pela rivalidade, agressão e exclusão.

A revelação, portanto, vem de forma inesperada. Normalmente, é o corpo que nos dá um tranco, dizendo que “assim não podemos continuar”. Nosso mal é que só percebemos o caminho equivocado que estamos seguindo quando as marcas de doenças, patologias, anomalias das mais diversas já estão instaladas em nós. Nós só levamos a sério a vida quando ela começa a ser ameaçada. Até então sentíamos-nos fortes, imbatíveis, insuperáveis. Mas o corpo não é da mesma opinião. Ele toma suas decisões por conta própria e vai mutilando nossos órgãos internos e em muitos casos tão sorrateiramente que não nos é dada nenhuma chance de nos recuperarmos.

Imaginemo-nos, por um instante, metidos num pesadíssimo engarrafamento. Trânsito moroso, marcha lenta, anda e pára, calor,

mal-estar. E constatamos: “Meu Deus, como se perde tempo nesta vida!”. Achamos que se estivéssemos em casa, no escritório ou na escola já poderíamos estar fazendo isso ou aquilo. Estaríamos ganhando tempo. Mas, de repente, nos vem outra luz: não seria, em verdade, o inverso? O engarrafamento nos irrita porque nele perdemos tempo. Perdemos a oportunidade de ganhar mais tempo, de correr mais, de nos exaurir, enquanto no engarrafamento estamos parados. Obrigatoriamente parados. E não suportamos o vazio. O vazio nos irrita, não sabemos o que fazer com ele.

Mas o engarrafamento, como todo o estresse que ele acarreta, funciona – assim como o corpo em relação à nossa mente – como um tranco do destino. O acaso nos segura, nos trava, nos detém, nos obriga a parar, a ficar ali, “inúteis”. Isso é correto a partir da lógica do ganhe tempo, mas da perspectiva do perca tempo, o tranco do destino significa: já que você teve que parar, comece a pensar! Avalie, distenda, solte-se. Isso lembra a prática de séculos atrás da prece religiosa. As pessoas saíam de seu mundo conturbado para se recolher numa igreja, porque lá havia paz. E isso era um ato consciente, deliberado, uma busca de auxílio na religião. Hoje, tudo isso desapareceu, perdemos nossos momentos propícios de parada, e vemos as paradas obrigatórias como um castigo. Mas isso não precisa ser assim.

Todos os momentos da vida prestam-se à perda de tempo. Pode-se perder tempo no engarrafamento, numa fila de banco, numa sala de espera de um consultório e, todos eles, são momentos do vazio, como o era, no passado, o momento da prece. Nada substituiu a prece na vida moderna e nossas neuroses têm algo que ver com isso. A arte é saber transformar cada pequena folga, mesmo que involuntária, numa pausa, num hiato de reabastecimento da energia de vida, em que não precisamos nos voltar a um deus, se não o tivermos, mas a nós mesmos, ao nosso vazio altamente produtivo.

Temos muito tempo, nossa vida é uma sucessão interminável de tempos, mas o hábito da vida moderna nos forçou a querer enxertar num tempo razoavelmente cômodo para nossas necessidades, nossos prazeres, nossos lazeres muitas outras ocupações adicionais, como se precisássemos viver tudo o que existe ao

mesmo tempo e sem trégua. Temos um desejo ou uma necessidade inconsciente de devorar tudo, de engolir tudo, de nada deixar de resto. Contudo, fazer todas as coisas em quantidades colossais significa abrir mão da qualidade de cada coisa individualmente. Temos tudo e não temos nada.

Aquele mesmo tempo, que está lá enchendo nossos armários, cheio de pedaços de felicidade não vivida à espera de um uso, não posso dar a ninguém nem vender. É um capital que morre comigo.

MORTE É VIDA, VIDA É MORTE

Então, nos perguntamos, que vida nós queremos viver? O que significa, enfim, viver? Essa é uma indagação que preocupa os homens desde os primeiros tempos porque a vida é curta, ela passa velozmente por nós e em nós e será muito triste chegarmos no final, em avançada idade, e nos entristecermos porque não chegamos a viver.

É que não sabemos viver. É que não sabemos dar importância a cada momento singular da vida, que é rapidíssimo, que nos escapa instantaneamente, que foge, que escorre por entre os dedos, que evapora, desaparece no ar. O filósofo Marco Aurélio, que nasceu 120 anos depois de Cristo e que foi também imperador romano, aconselhava: “não aja como se você fosse viver 1.000 anos”.

Mas não é assim que todo mundo pensa. As pessoas preferem não viver agora, adiar, deixar para mais tarde, para a “boa idade”. Mas quantos chegam lá? E com que saúde? E com que disposição? Que adiantou, afinal, ter adiado todos os momentos da vida para viver bem só no final, quando se é velho, muitas vezes doente, solitário, sem esperanças?

Ouçamos este interessante “diálogo” que desenvolve o filósofo Sêneca, que nasceu 4 anos depois de Cristo, isto é, há 2.000 anos, com Paulino, homem público da época: “Estou vendo que você chegou ao fim da vida, você já tem 100 anos ou mais. Vamos, faça um balanço de sua existência. Calcule quanto desse tempo tiraram de você o credor, a amante, o superior ou o cliente, e também as

brigas conjugais, as advertências aos empregados, as atarefadas perambulações pela cidade, some a isso doenças que nós próprios nos causamos e também todo o tempo perdido: você vai ver que tem menos tempo de vida do que você diz”.

“Faça um esforço de memória: quando você seguiu uma resolução sua? Quantas poucas vezes passou o dia da forma como você tinha planejado! Quando você empregou o tempo com você mesmo? Quando você manteve sua aparência imperturbável, o ânimo corajoso? Quantas obras você fez para você mesmo? Você percebe que está morrendo prematuramente?”

“Qual é, então, o motivo? É que você viveu como se fosse viver para sempre, nunca lhe ocorreu que você é frágil, não percebe quanto tempo já passou? Como mortal, você se aterroriza com tudo, mas você deseja tudo como se fosse imortal. Você ouve as pessoas dizerem: ‘Com 50 anos vou me refugiar no ócio’, ‘com 60 estarei livre de meus encargos’. Mas que fiador tem você para uma vida tão longa? E quem garantirá que tudo irá acontecer conforme você planejou? Você não se envergonha de reservar a você mesmo as sobras da vida e destinar à meditação somente a idade que não serve mais para nada? Que você começa tarde a viver quando já é hora de deixar de viver? Que negligência tão louca, essa dos mortais, de adiar para o quinquagésimo ou sexagésimo ano os juízos prudentes e a partir desse ponto, ao qual poucos chegaram, querer começar a viver!”

É assim. Queremos começar a viver no final da vida. É um contrasenso. A melhor parte de nossa existência nós perdemos com brigas, com discussões com superiores, empregados, cônjuges, parentes, vizinhos, com doenças, andando à toa pela cidade. Sêneca não falou do estresse que hoje supera todos os desgastes citados. Perdemos anos e anos, décadas de vida, correndo no trânsito, atropelando as atividades, não ouvindo pessoas, não olhando as coisas, não escutando ninguém, sempre absortos, sempre “em outra”, sempre evasivos, nossa cabeça indo longe, pensando nos projetos, no futuro, nos planos disso e daquilo, sempre adiando, sempre ausentes, fora do ar, em outra dimensão, voando, voando...

Passamos a vida voando. Achamos que chegaremos a 100 anos. Bobagem, porque se chegarmos lá, não estaremos fazendo outra coisa a não ser esperar a morte. Porque, como no diálogo acima, tirando todos os momentos não-vividos, nos perguntamos: sobrou quanto? Sobrou alguma coisa? Tivemos prazer alguma vez na vida? Raramente. Tivemos dias como desejávamos, em que nos sentíamos felizes? Muito difícil.

“Pequena é a parte da vida que vivemos”, diz Sêneca. Todo o restante, continua ele, não é vida, mas tempo. Tempo guardado, tempo acumulado – complementamos nós. Aquele mesmo tempo, que está lá enchendo nossos armários, cheio de pedaços de felicidade não vivida à espera de um uso. Um tempo que eu não posso dar a ninguém nem vender. Que tampouco outros poderão me emprestar ou vender. É um capital que morre comigo.

Esse tempo, dificilmente poderei gastar. Sêneca diz que se nós soubéssemos de antemão quanto tempo temos ainda de vida ficaríamos desesperados. Que estivemos o tempo todo ocupados em nada fazer e que agora nos atacaria o desespero. Que, diante daquilo que não depende de nós, nada podemos fazer a não ser aceitar, mas no que depende deveríamos de fato fazer algo. Os antigos chamavam a isso de “amar o destino” (amor fati), uma filosofia de vida compartilhada pelo saber hinduísta, para quem sábio é um homem que age, enquanto os ocidentais como nós só sabemos esperar e temer.

Voltemos a Marco Aurélio. Ele acreditava que viver 3.000 anos ou 30 não mudava muita coisa, pois tudo dependia de como se vivia, já que a única vida possível é a que a gente vive neste exato momento, no presente. O momento presente é igual tanto para quem vive muito quanto para quem não vive quase nada. Se você não passa o tempo todo adiando, não chegará à velhice lamentando os anos não-vividos, estará pronto para a morte a qualquer momento, pois, no que dependia de você, você viveu.

Ele dizia, “reserve para você um momento de sossego para apreender algo de bom e retirar-se desse turbilhão que o está carregando”, “você poderia ter se livrado de seus vícios há muito tempo e permanecido apenas com sua justa vagarosidade e a

lentidão em fixar a atenção”. Você e eu, caro leitor, já conhecemos isso: é no lento que a vida acontece. Marco Aurélio é, portanto, muito atual: “habitue-se a escutar o que o outro lhe diz sem se distrair, e a penetrar, tanto quanto possível, no interior do pensamento daquele que fala”.

“A vida é curta e sua vida está quase terminada sem que você tenha se ocupado de você mesmo”, diz ele. E continua: “Acostume-se, em todas as ocasiões, a organizar suas ações e seus pensamentos como se você estivesse a ponto de deixar a vida. Não avalie tanto, não julgue o tempo todo, abstenha-se de agir como árbitro, de condenar, sentenciar, de criar logo uma opinião sobre as coisas e as pessoas, permaneça sempre com as impressões sensíveis e não adicione nada de você mesmo. Apenas viva”.

Trata-se, portanto, segundo ele, de reorganizar a vida e resgatar um pouco daquilo que sobra. Fazer o melhor emprego do tempo seria começar a aplicá-lo em todas as atividades, na vida cotidiana, no trânsito, no corpo, a começar pela intervenção em nosso próprio movimento, na rapidez, no nervosismo, regulando a velocidade, a cadência, o batimento de nossas atividades, ajustando-as para um outro compasso, a um outro biorritmo.

Tudo depende da capacidade de cada um à autocorreção, ao auto-ajuste a um novo padrão, a aceitar e incorporar a desaceleração. Trata-se de retardar, moderar, suavizar, entrar em processo de regular o passo, não só fazer as coisas mais lentamente, mas também decidir-se a fazer apenas uma coisa de cada vez, dedicando-lhe atenção plena, seja ocupando-se de um trabalho, de um hobby, seja voltando-se ao outro ou à natureza.

O ato de dedicar-se a apenas uma coisa é mais uma conquista do que um pressuposto. Nossa tendência, em geral, acossados pelo horror ao vazio, é procurar fazer várias coisas ao mesmo tempo. Instalamos um fone de ouvido enquanto caminhamos, o que nos mantém “em nosso mundo interno” e nos impede de entrar numa troca mais direta, aberta e plena com a natureza. Quando estamos ao volante, “precisamos” ligar o rádio, fazer uma ligação com o celular, ocuparmo-nos com algo. Como se a ocupação com o dirigir fosse demasiado pouca, como se ela nos subutilizasse.

Mas não, nada funciona quando não se investe numa prática de reeducação do seu próprio ritmo interno, por exemplo, na desaceleração do próprio carro, reduzindo a velocidade, baixando o ponteiro, seguindo pela pista mais à direita, introduzindo um componente antiestresse em uma atividade plenamente estressante. Por aí, podem começar novas práticas. É como entrar numa outra dimensão, numa outra sintonia, num mundo que resolveu dar um basta à aceleração frenética e neurótica das cidades.

É a introdução de um novo ritmo no modo de dirigir. Um ritmo para o motorista deslizar suavemente, “docemente”, como dizem os franceses. Na nova marcha, sente-se passarem ao lado veículos nervosos, irritadiços, angustiados, mas agora não se pertence mais a esse mundo. Pode-se optar pela oposição, pela mudança. Por dar-se um novo ajuste à velocidade da vida e das ocupações.

Isso é como começar a perceber que um novo padrão, inicialmente mental, deliberado, racional, vai sendo assimilado pelo corpo. O corpo todo começa a reagir diferentemente e se adapta sem muitos problemas ao novo regime, mas isso acontece se e somente se a mente estiver convicta de que isso é o correto. É a mente que controla e que institui a nova conduta; o corpo a segue automaticamente. Mas, num segundo momento, será o corpo que exigirá a manutenção desse novo padrão: ele cobrará da mente a nova postura.

Assim funcionamos. Mente e corpo são sistemas integrados em que um emite sinais para o outro, que, reagindo a esses mesmos sinais, os reenvia à mente, criando, assim, um acoplamento sistêmico entre os dois. Um depende do outro, um influencia o outro, ambos trabalham de forma cooperativa. Dessa maneira, no momento em que cada um se convence de que é preciso introduzir o ritmo mais suave, mais brando, mais lento às atividades, encara-se com naturalidade e determinação a nova postura e segue-se adiante.

O corpo segue. Ele incorpora os novos padrões. A lentidão estimula uma nova relação com a respiração. Seguindo com suavidade pelas avenidas, pode-se respirar mais longamente e, com

isso, relaxar todo o sistema. Caso se estivesse tomado de ansiedade, se é chamado a interferir na respiração e, através dela, acalmar o corpo e o espírito. A respiração torna-se agora mais longa e plena, propiciando o relaxamento, mesmo enquanto se dirige.

O hábito ansioso reduz a respiração ao mínimo. São executados golpes curtos e rápidos de entrada e saída do ar, mantendo-se, geralmente, o corpo teso e inelástico. O nervosismo e a agitação aceleram ainda mais a respiração. Mas numa nova postura, no seguir desacelerado pelas avenidas, percebe-se que o corpo exige nesse momento uma respiração libertadora: ele quer mais ar, ele cobra uma abertura maior dos pulmões, ele me pede mais tempo, ele quer que se perca tempo com ele.

A respiração tranqüilizante é uma respiração longa. Enche-se o peito de ar, mas também pode-se iniciar enchendo-se a barriga de ar, segurando-se esse ar no ventre por alguns segundos, passando-o, em seguida, para o tórax, dilatando o peito e, só depois, passados bons segundos alongados, libera-se com suavidade, sem pressa, espreguiçadamente o ar, que sai do peito e instaura, assim, um grande apaziguamento. Relaxa-se. Inspira-se pelo nariz, enche-se o corpo de ar, segura-se esse ar por um tempo e o expira, ainda pelo nariz, de volta ao mundo. A sensação que se sente é de grande distensão, de forte serenidade e revitalização. O motorista segue, em seu carro, mais tranqüilo, pois está em paz com seu corpo, com o ambiente e com a civilidade, pois cria menos riscos ao próximo.

A cada novo semáforo, um novo motivo para recuperar a serenidade alinhando-a com a respiração tranqüilizante. De repente, percebe-se que, com isso, se reduz, ao mesmo tempo, o potencial de violência no ato de dirigir. É normal que agora se ceda mais freqüentemente a passagem, pois já não se precisa de pressa, não se tem de ganhar tempo, ao contrário, tem-se de perder tempo, perder tempo consigo mesmo, se dar tempo, cuidar um pouco mais de si mesmo, pois, como se viu acima, a vida é somente este momento atual, mais nada.

É como diz Marco Antonio: “Na vida de um homem, sua duração é um ponto, sua essência é um fluxo, seus sentidos um turbilhão, todo

seu corpo algo pronto a apodrecer, sua alma inquietude, seu destino obscuro e sua fama duvidosa.

Em resumo, tudo o que é relativo ao corpo é como o fluxo de um rio, e quanto à alma, sonhos e fluidos; a vida é uma luta, uma breve estada numa terra estranha”.

Por isso, cada instante é valioso e deve receber um alto investimento. “Viva hoje como se fosse seu último dia”, diz ele. Agora, cada um é dono de seu tempo. É possível seguir, pelas ruas e avenidas, cada um em seu tempo. Perde sentido agitar-se, buzinar, acossar, xingar, cada um pode ser diferente de tudo isso, dando passagem, brecando no amarelo, criando-se um adicional de civilidade em tudo isso. Os movimentos dentro do próprio veículo tendem a ficar mais suaves, delicados, sensíveis: na leveza renasce uma sensibilidade inclusive quando se sente a mudança de marchas, a passagem suave e sensível da alavanca, que funciona dentro do seu ritmo, do ritmo que agora lhe é impregnado.

Em toda essa mudança comprova-se que dirigir pode ser um ato brando, de suavidade, pode-se mesmo associá-lo ao movimento e à harmonia de uma valsa, e o motorista sente agora mais intimamente o veículo, “dialoga” com ele, não mais o agride. E, deslizando com serenidade e redescobrimdo em si sensibilidades que nem se imaginava possuir, cada um, de repente, em pleno movimento alucinante da cidade, pode sentir-se como se estivesse dirigindo em uma praia nas férias, em estradas tranqüilas, ensolaradas, preguiçosas de verão, à tardezinha quando o sol baixa e o frescor da noite já se anuncia.

“Para descansar, buscamos retiros tranqüilos no campo, à beira-mar, nas montanhas. Uma fantasia ingênua, já que você pode sempre, em qualquer hora, retirar-se de dentro de você mesmo”, diz esse mesmo pensador. Assim, na vida agitada de uma cidade grande, em meio à efervescência dos nervosismos dos motoristas, dos congestionamentos, das motocicletas que cruzam por todos os lados, pode-se estar tranqüilo, encontrar seu eixo, relaxar. E todo seu corpo deixa passar essa tempestade ao redor sem se desgastar, não se deixando levar pela neurose generalizada.

É claro que o mundo ao redor não ficou pacífico como o desse motorista. Ao contrário, seu comportamento contra a neurose torna os demais ainda mais irritados, porque ele está atrapalhando, porque ele, com seu ritmo, introduz um componente de “desafinação” nessa maluca orquestração da violência e da agressividade, porque ele se sobressai como alguém que, com seu comportamento, acaba, mesmo inconscientemente, questionando o comportamento dos outros.

Esse será o preço. No próximo capítulo, veremos como aquilo que num primeiro momento aparece como “provocação”, a ousadia de tomar atitudes na contracorrente da estupidez oficializada, a determinação de não mais fazer como todos e optar por uma solução psiquicamente mais saudável, o afirmar-se como não beligerante num mundo de guerra cotidiana, como é a nossa sociedade, pode afirmar-se, e num segundo momento, como uma corrente, uma tendência mais sensata, um verdadeiro levante em nome de nossa humanidade depreciada, violentada, deteriorada. Esse mesmo comportamento não somente é o último que nos sobra como é o único possível para reverter a tendência de uma sociedade cada vez mais selvagem, como nos tornamos cada dia mais.

A revolução silenciosa começa por pequenos atos conscientes e voltados para o futuro e para o próximo.

UMA PROFUNDA REVOLUÇÃO SOCIAL, LENTA E SILENCIOSA

Uma grande mudança está se processando. Agora se pode perceber o forte efeito da frase de Sêneca, no fim de seu ensaio Sobre a tranquilidade da alma: “É impossível alcançar o sublime e o inacessível enquanto a alma pertencer a si mesma: é preciso que ela desvie-se de seu caminho habitual, liberte-se, e que, mordendo o freio, arrebate o cavaleiro e o faça subir a alturas onde ele jamais se arriscaria por si mesmo”.

A alma arreбата o cavaleiro, o corpo vence a consciência persistente, o animal espeta os cornos no destino, como diz o poema “Queixa das almas jovens censuradas”, de Natália Correia. É o mesmo que dizia Sêneca, que é difícil não sermos escravos das resoluções que tomamos, que é difícil ceder de boa vontade à pressão das circunstâncias e não temer mudar.

Nenhuma grande transformação pode ocorrer na sociedade enquanto cada um se mantiver individualmente preso a seus velhos hábitos. Um salto para frente só é de fato possível quando pequenas revoluções moleculares na vida particular de cada um contaminar a vida de outros ou ocorrer ao mesmo tempo que outras, de maneira que progressivamente todos comecem a pensar diferentemente.

Não é de outra forma que as sociedades mudam. As gerações mais velhas ainda estavam presas a uma moral austera, em que os filhos deviam obediência aos pais por força da violência da

educação tradicional. Não lhes respondiam, apenas obedeciam, jamais participavam das conversas dos adultos, eram mantidos a distância e o mundo dos adultos fechava-se monoliticamente ao mundo das crianças.

Os pais de antigamente corporificavam uma moral, uma distância, uma posição pessoal pouco íntima aos filhos. A autoridade assentava-se na distância e no que eles chamavam de “respeito”. Era dentro do lar que a educação, isolada do mundo, repassava aos mais jovens um universo autocentrado na família, de conservação, tradicionalismo e bloqueio às influências exteriores. As crianças que se desenvolviam nesse ambiente não eram mais saudáveis que as atuais, mas tinham, nos pais, a reprodução da autoridade e do autoritarismo do Estado e das instituições sociais. A Igreja, mesmo desligada oficialmente de seus vínculos com o Estado, reforçava esse procedimento, hipotecando total solidariedade e confiança aos pais, em sua função de reproduzir as leis e a repressão da sociedade. Os pais, a religião e o governo formavam, assim, uma totalidade que preparava as novas gerações para assumir os mesmos velhos papéis de sempre e a conformarem-se com eles.

Mas a sociedade é contraditória. Ela é conservadora, mas precisa periodicamente realizar “mudanças para permanecer a mesma”, quer dizer, ela tem de enfrentar o aparecimento de novas gerações, de suas novas exigências, tem de administrar o conflito entre as energias livres daqueles que surgem e vêem a sociedade como espaço amplo, aberto, cheio de possibilidades e as medidas para drenar essa energia para fins sociais “dentro das normas”. Ela é como uma panela de pressão em que a fervura explosiva da água tem de sair pela válvula situada na tampa e que deixa escoar apenas um jato pequeno de vapor que evitará a explosão maior.

Nos últimos tempos, as mudanças da sociedade provocaram um declínio da autoridade da família tradicional, do poder público e da religião, permitiram maior autonomia da juventude e a ocupação dos espaços antes preenchidos pela escola, pelo poder paterno, pela educação religiosa da sociedade agora por meio dos grandes meios de comunicação social (a televisão, a internet, as revistas etc.) Os jovens sentiram-se mais livres do autoritarismo e da antiga

repressão, mas, ao mesmo tempo, mais temerosos, pois o fim da austeridade significou, para eles, a debilidade das normas, da moral, das convenções, em suma, trouxe-lhes uma situação de maior insegurança em sua inserção no social.

As grandes mudanças sociais – movimentos políticos, revoluções e guerras – têm geralmente fortes raízes populares. É raro serem obras de políticos, militares ou religiosos desequilibrados, e isso só acontece nos golpes de Estado. As insatisfações gerais, o desemprego, a crise econômica, as desigualdades sociais e tantos outros fatores produzem nas pessoas, nos grupos, nas associações, energias insurrecionais que ficam em estado de suspensão até que surja um líder para organizá-las e transformá-las em mudança política.

Mas há também as mudanças silenciosas, as transformações nos hábitos e nos costumes que se propagam por contágio, difusão e irradiação, pela lenta introdução de novas idéias, de novos valores, pela mistura de povos, pelo contato com outras culturas. São revoluções morosas, sem um momento violento, sem punições exemplares, sem alterações radicais ou grandes momentos de pânico social.

A sociedade tornou-se, no atual momento histórico, uma sociedade global única. Há apenas um sistema econômico, apenas uma fórmula política (o neoliberalismo), apenas uma rede mundial de informações. As chances de mudança revolucionária desapareceram, pois os modelos alternativos desmontaram-se ou descaracterizaram-se, desacreditando antigas utopias dos reformadores da sociedade. Mas nem por isso homens e mulheres tornaram-se mais felizes.

Ao contrário, o desaparecimento da utopia política deixou um exército de insatisfeitos no planeta, um gigantesco contingente largado à sua própria sorte. Ou entra-se no sistema de concorrência, competição, produtividade, desempenho, eficácia, com eliminação selvagem do outro, violência embutida nas organizações, nas relações de trabalho, até mesmo nos contatos pessoais íntimos, ou toma-se o caminho da resignação.

Por isso, parece que a chance de uma vida mais digna transferiu-se para as estratégias de resistência molecular das pessoas que começam a negar se submeterem a esse regime único, a essa lei geral que a todos envolve, cultivando outros modos de vida. Cada pessoa é uma célula, que vive na vizinhança de outras células, constituindo um grande tecido que é a sociedade. Uma célula que se diferencia aqui, outra que se diferencia ali mais adiante, mais outra que se diferencia em outra parte vão criando, na medida em que insistem e persistem em suas posições, exemplos de um comportamento de recusa. Lentamente isso tem condições de se tornar uma revolução silenciosa por contaminação, propagação, irradiação e expansão.

É que a sociedade começa a dar sinais de exaustão. A válvula de escape da panela de pressão já não libera suficientemente energias represadas que assegurem a tranquilização da pressão social. As pessoas continuam a fazer o jogo do relógio, da corrida cega, do atropelo e da violência e não vêem nenhum horizonte mais claro diante de si. Só sentem que assim não pode continuar.

Mas estratégias para marchar contra a corrente constataam que uma outra vida é possível. Quando optam por ouvir o corpo, por respeitar o ritmo das coisas e se submeter a esse ritmo, quando adquirem a sensação de apaziguamento, parece que se percebem integradas e aceitas num grande movimento silencioso, sem líder, chefe ou caudilho, numa grande marcha de protesto invisível, numa promissora virada social que pode fazer valer a exigência de ruptura de sua infelicidade crônica.

As primeiras atitudes dessas “células” portadoras que marcham contra a corrente confortam por si mesmas seus portadores. Ao optar pelo perca tempo, parece que se consegue entrar numa outra faixa de sintonia, num outro ritmo, numa esfera acima dos conflitos cotidianos. Ao optar pela redução da velocidade, o corpo também reage e se torna mais leve, seus movimentos mais harmônicos e compassados. Entra-se no mundo dos sentidos tanto tempo atrofiado. Tem-se uma expansão da sensibilidade sem precisar fazer uso das drogas. Quase automaticamente a tendência é de desligar o som de seu carro, pois começa-se a dar preferência a ações que

não se sobreponham, uma vez que o que passa a importar agora é fazer cada coisa de uma vez. Mesmo aquelas brigas constantes no trânsito já não se encaixam no novo comportamento: as pessoas que optam por perder tempo simplesmente cedem a passagem, dão a vez àqueles neuróticos do não-perca-tempo, evitam entrar em discussão com os espécimes entorpecidos da cidade grande, cuja única linguagem atualmente é a violência.

Não se trata de apatia. Ao contrário, é um procedimento em que a pessoa tende a se tornar mais atenta, mais cuidadosa, mais compenetrada e ligada no que acontece. Só que em outra velocidade. E, nesse novo comportamento, desenterra-se a sensibilidade esclerosada, endurecida, esquecida. Aquilo que até hoje não havia sido notado, a rugosidade do volante, seu calor agradável, o deslizar da mão pelo metal, pelas peças termoplásticas, agora é efetivamente percebido. Sente-se que não se está morto, que os sentidos ainda estão lá.

Isso faz relembrar o erotismo, tudo aquilo que torna uma pessoa mais desejada, mais amada pelo seu companheiro ou pela sua companheira e que ficou há muito para trás. Quantos homens ainda se lembram de como é a pele de sua mulher nas costas? Da maciez da parte interna de suas coxas? Há quanto tempo não acariciam a base dos cabelos dela? Qual é o cheiro dela? Será que ainda se lembram do formato, dos detalhes, da textura do seu pé? De como ela gostava quando eles aqueciam seus pés? Será que eles ainda a abraçam?

Tudo isso agora, ao volante do carro, volta a ser lembrado porque a nova suavidade com que agora a máquina é conduzida está adaptada ao ritmo em que o corpo trabalha. Há nesse momento uma sincronia bem orquestrada. Não se fere a máquina e ela não agride o homem. Até na mudança de marchas sente-se o soltar das engrenagens no câmbio e o acoplar harmônico em outras engrenagens, como se estivéssemos ali, assistindo.

E vai se percebendo, também em outros, que as células podem se multiplicar, a revolução silenciosa crescer. Múltiplos outros, desejosos de saírem do mesmo dilema, seguem também serenamente, respeitando o ritmo das coisas e a velocidade dos

corpos. São diversos anônimos que precisam também jogar tempo fora, que dão passagem, que se encaixam entre os outros veículos com elegância, como peixes em mares que lhes são familiares e tranquilos.

Desaparecem também os perigos de infração das leis de trânsito porque o novo padrão de acomodação homem-máquina já não o estimula a cruzar o amarelo, a avançar na faixa de pedestres, a exceder o limite de velocidade. Ao contrário, reaparece a solidariedade onde antes havia o princípio de exclusão, de “primeiro eu”, de cada um por si. Mesmo ao sair do engarrafamento, em que se outrora corria desmesuradamente para recuperar o tempo perdido, já deixa de lado a fúria devoradora de estradas.

A revolução silenciosa começa por pequenos atos conscientes e voltados para o futuro e para o próximo. É natural que a grande maioria não esteja sintonizada com eles e continuará desesperadamente procurando ganhar tempo. E vai agredir, xingar, promover violência contra aqueles que optaram pela descompressão, pelo abaixamento do ritmo e da velocidade, pelo seguir mais brandamente. E é natural que seja assim. Os conservadores e reacionários, emocionalmente atrelados ao mundo nervoso, neurotizante, agressivo do ganhar tempo, armam-se contra todos aqueles que lhes atrapalham o caminho, contra os que não acompanham o ritmo louco da cidade e continuarão a fazer tudo para reprimi-los e forçá-los a entrar no “ritmo correto”. E o conseguirão se estes não se expandirem num grande movimento de protesto.

E há os incrédulos, os cínicos e indiferentes, que mesmo conscientes do nervosismo, da agitação frenética das cidades, do atropelo e da velocidade no trabalho, no trânsito, no amor, viram as costas e preferem deixar tudo como está a ousar algum comportamento diferente. Riem-se das sugestões, não colaboram e acabam somando, com seu comportamento arrivista, com seu desencanto da sociedade, com a resignação de quem se recolhe em si mesmo e não colabora, com os outros neuróticos, aqueles que são compulsórios, inconscientes, meros seguidores de normas.

Mas sempre é possível um movimento de revolta e de resistência e é isso o que importa. Marco Aurélio se perguntava: “Quando você gozará do prazer de ser simples, do prazer de conhecer cada coisa particularmente em sua essência, o lugar que ela tem no mundo, a duração que a natureza lhe reserva, os elementos de que ela se compõe, os seres a que ela pertence, e o que ela pode nos dar e nos fascinar?”

Para poder conseguir isso precisamos perder tempo, perder tempo com as coisas, conhecê-las sem pressa, submetendo-nos a sua duração e seu tempo. Não só as coisas, mas também as pessoas e os demais seres vivos que nos rodeiam. O filósofo complementa, deixando a cada um a chance de se redescobrir, de recompor sua vida, de recuperar tudo o que ainda não viveu, de desatrofiar os sentidos embotados – saber olhar, saber ouvir, saber sentir –, de fazer reflorescer na pessoa amada aquilo que outrora foi, de se tornar, enfim, para ela e para todo o mundo que os cerca mais um sobrevivente.

Olhe para você mesmo: lá está a força do bem, sempre prestes a jorrar se você souber escavá-la e aprofundá-la.

(Marco Aurélio)

SUGESTÕES DE LEITURA

Capítulo 1

David Harvey. A condição pós-moderna, 1989 (sobre o tempo e o cronômetro); Henri Bergson. Ensaio sobre os dados imediatos da consciência, 1889 (sobre as duas temporalidades); Marshall Berman. Tudo que é sólido desmancha no ar, 1986 (sobre o espírito empreendedor).

Capítulo 2

Wilhelm Reich. Análise do caráter, 1933 (primeira definição da couraça de caráter); Otto Fenichel. Teoria psicanalítica da neurose, 1966 (sobre o desenvolvimento de recém-nascidos e a primeira infância); Ciro Marcondes Filho. Até que ponto, de fato, nos comunicamos, 2004 (sobre a dificuldade da comunicação e as comunicações não-verbais e não-sígnicas).

Capítulo 3

Jean-Paul Sartre. O ser e o nada, 1943 (sobre o olhar); Maurice Merleau-Ponty. A fenomenologia da percepção, 1945 (Sobre a percepção do mundo); Joachim-Ernst Berendt. Sobre o ouvir o mundo. A audição é o caminho, 1988 (sobre a supremacia do olhar sobre o ouvir e os outros sentidos).

Capítulo 4

Ashley Montagu. Tocar. O significado humano da pele, 1971 (sobre a pele, a proximidade física, o distanciamento dos corpos); Pascal Bruckner e Alain Finkielkraut. A nova desordem amorosa, 1977 (sobre os equívocos das relações amorosas e sexuais).

Capítulo 5

Joachim-Ernst Berendt. O mundo é som. Nada Brahma, 1984-1985 (sobre a audição); Maurice Merleau-Ponty. Idem à citação do capítulo 3 (sobre as formas do ouvir, relações com a música); André

Comte-Sponville. Uma educação filosófica e outros artigos, 2001 (sobre o silêncio).

Capítulo 6

Pascal Bruckner. A euforia perpétua. Ensaio sobre o dever de felicidade, 2000 (sobre a vida moderna e a felicidade); Lucius Annaeus Sêneca. Sobre a tranqüilidade da alma. Sobre a brevidade da vida (escritos 50 anos depois de Cristo).

Capítulo 7

Günther Anders. O antiquismo do homem, 1957 (sobre o horror vacui); Blaise Pascal. Pensamentos, 1670 (sobre as angústias do homem, horror vacui); Joachim-Ernst Berendt. Obra citada no capítulo 5 (sobre o vazio).

Capítulo 9 e 10

Marco Aurélio. Meditações (escrito por volta dos anos 172-173, sobre o sentido da vida, sobre o viver cada dia como se fosse o último); Lucius Annaeus Sêneca. As mesmas do capítulo 6.

Direção editorial
Paulo Bazaglia

Coordenação de desenvolvimento digital Erivaldo Dantas

Projeto gráfico e produção editorial AGWM Artes Gráficas

Revisão Adriana Cristina Bairrada Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil) Marcondes Filho, Ciro Perca tempo: é no lento que a vida acontece / Ciro Marcondes Filho - São Paulo, 2005 - (Coleção motivação) Bibliografia.

ISBN: 978-85-349-2306-4

1. Máquinas 2. Neuroses 3. Tempo - Administração I. Título II Série.

05-2698

CDD-304.23

Índices para catálogo sistemático: 1. Tempo : Administração : Comportamento social :
Sociologia 304.23

© PAULUS – 2013

Rua Francisco Cruz, 229

04117-091 – São Paulo (Brasil) Tel.: (11) 5087-3700 – Fax: (11) 5579-3627

www.paulus.com.br

editorial@paulus.com.br eISBN 978-85-349-3675-0

Hildegarda de Bingen

Scivias

(Scito Vias Domini)
Conhece os caminhos do Senhor



Scivias

de Bingen, Hildegarda 9788534946025

776 páginas

[Compre agora e leia](#)

Scivias, a obra religiosa mais importante da santa e doutora da Igreja Hildegarda de Bingen, compõe-se de vinte e seis visões, que são primeiramente escritas de maneira literal, tal como ela as teve, sendo, a seguir, explicadas exegeticamente. Alguns dos tópicos presentes nas visões são a caridade de Cristo, a natureza do universo, o reino de Deus, a queda do ser humano, a santificação e o fim do mundo. Ênfase especial é dada aos sacramentos do matrimônio e da eucaristia, em resposta à heresia cátara. Como grupo, as visões formam uma summa teológica da doutrina cristã. No fim de Scivias, encontram-se hinos de louvor e uma peça curta, provavelmente um rascunho primitivo de Ordo virtutum, a primeira obra de moral conhecida. Hildegarda é notável por ser capaz de unir "visão com doutrina, religião com ciência, júbilo carismático com indignação profética, e anseio por ordem social com a busca por justiça social". Este livro é especialmente significativo para historiadores e teólogas feministas. Elucida a vida das mulheres medievais, e é um exemplo impressionante de certa forma especial de espiritualidade cristã.

[Compre agora e leia](#)



Santa Gemma Galgani - Diário

Galgani, Gemma 9788534945714

248 páginas

[Compre agora e leia](#)

Primeiro, ao vê-la, causou-me um pouco de medo; fiz de tudo para me assegurar de que era verdadeiramente a Mãe de Jesus: deu-me sinal para me orientar. Depois de um momento, fiquei toda contente; mas foi tamanha a comoção que me senti muito pequena diante dela, e tamanho o contentamento que não pude pronunciar palavra, senão dizer, repetidamente, o nome de 'Mãe'. [...] Enquanto juntas conversávamos, e me tinha sempre pela mão, deixou-me; eu não queria que fosse, estava quase chorando, e então me disse: 'Minha filha, agora basta; Jesus pede-lhe este sacrifício, por ora convém que a deixe'. A sua palavra deixou-me em paz; repousei tranquilamente: 'Pois bem, o sacrifício foi feito'. Deixou-me. Quem poderia descrever em detalhes quão bela, quão querida é a Mãe celeste? Não, certamente não existe comparação. Quando terei a felicidade de vê-la novamente?

[Compre agora e leia](#)



DOCAT

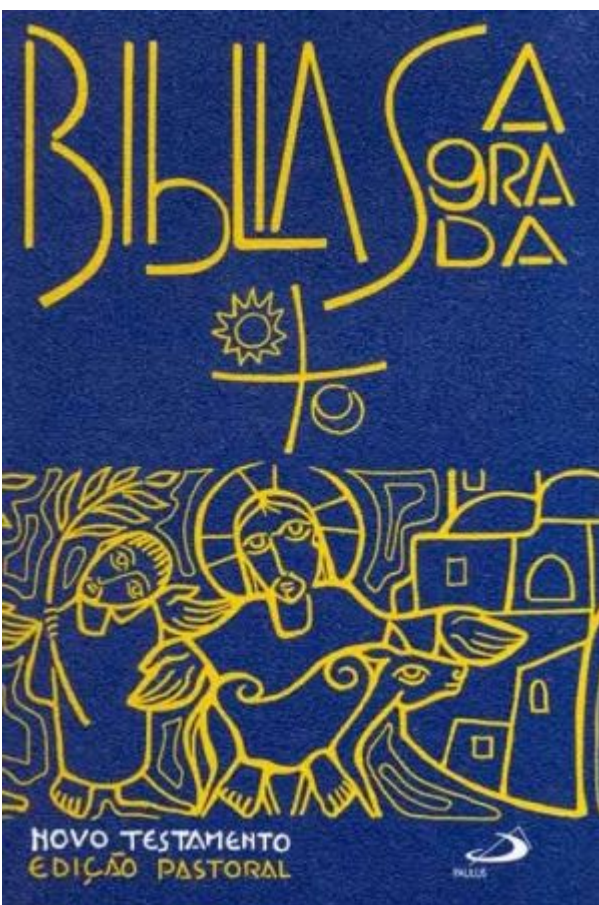
Youcat, Fundação 9788534945059

320 páginas

[Compre agora e leia](#)

Dando continuidade ao projeto do YOUCAT, o presente livro apresenta a Doutrina Social da Igreja numa linguagem jovem. Esta obra conta ainda com prefácio do Papa Francisco, que manifesta o sonho de ter um milhão de jovens leitores da Doutrina Social da Igreja, convidando-os a ser Doutrina Social em movimento.

[Compre agora e leia](#)



Bíblia Sagrada: Novo Testamento - Edição Pastoral

Vv.Aa.

9788534945226

576 páginas [Compre agora e leia](#)

A Bíblia Sagrada: Novo Testamento - Edição Pastoral oferece um texto acessível, principalmente às comunidades de base, círculos bíblicos, catequese e celebrações. Esta edição contém o Novo Testamento, com introdução para cada livro e notas explicativas, a proposta desta edição é renovar a vida cristã à luz da Palavra de Deus.

[Compre agora e leia](#)

LEE MARTIN McDONALD

A origem da Bíblia

Um guia para os perplexos



A origem da Bíblia

McDonald, Lee Martin 9788534936583

264 páginas

[Compre agora e leia](#)

Este é um grandioso trabalho que oferece respostas e explica os caminhos percorridos pela Bíblia até os dias atuais. Em estilo acessível, o autor descreve como a Bíblia cristã teve seu início, desenvolveu-se e por fim, se fixou. Lee Martin McDonald analisa textos desde a Bíblia hebraica até a literatura patrística.

[Compre agora e leia](#)